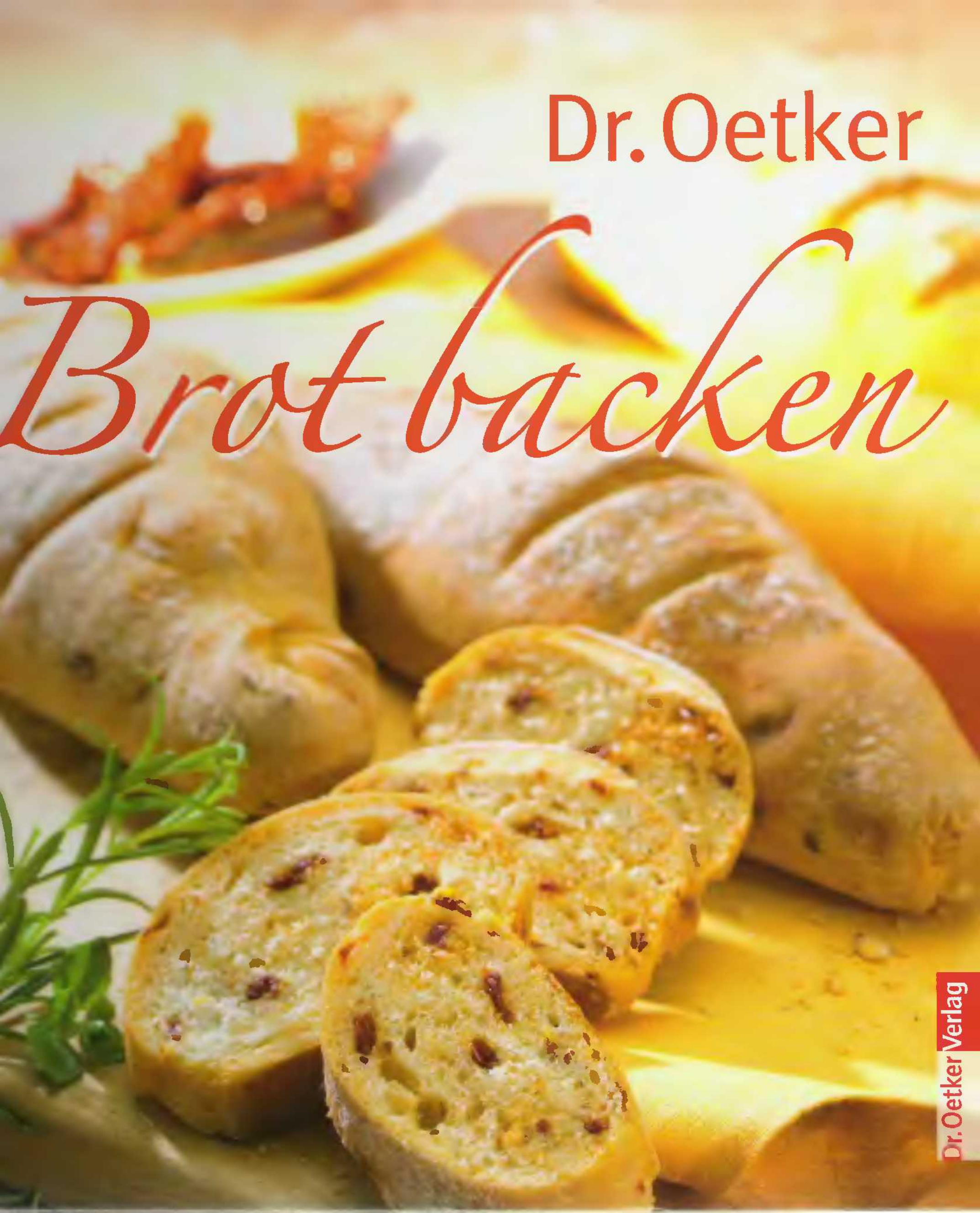

Dr. Oetker
Brot backen
Dr. Oetker Verlag



# Vorwort

Selbst gebackenes Brot und leckere Brötchen – frisch, knusprig, verführerisch duftend und mit Liebe gebacken.

In keinem anderen Land gibt es eine so ausgeprägte Brot-Kultur wie in Deutschland. Ob rund oder länglich, flach oder als Stange, ob Weizen, Hafer, Dinkel, Roggen oder Gerste, ob pur oder mit Kernen, Gemüse und Kräutern aufgepeppt, hier ist für jeden Geschmack etwas dabei.

Von Birnen-Walnuss-Brot bis Vollkornfladen mit Flocken, von Buttermilchbrötchen bis Vollkornbrötchen, Rezepte für jede Gelegenheit und jeden Geschmack steigern den Brot-Genuss. Ein Fundus an Rezepten, aus vielen Ländern, die Abwechslung in Ihren Brotkorb bringen.

Alle Rezepte sind wie immer von Dr.Oetker nachgebacken und Schritt-für-Schritt so beschrieben, dass Sie Ihnen garantiert gelingen.

Freuen Sie sich auf den nächsten Morgen und auf knusprige Brötchen und Brot mit herrlicher Krume!









*Ratgeber*

Wie gut ein Brot ist, wenn es aus dem Backofen kommt, entscheidet sich bereits beim Einkauf der Zutaten und bei der Bearbeitung des Teiges. Je lockerer der Teig, umso besser wird das Backergebnis. Locker wird der Teig einerseits durch das Bearbeiten, d.h. Rühren, Schlagen oder Kneten. Andererseits durch natürliche (Hefe, Sauerteig) oder chemische Triebmittel (Backpulver, Hirschhornsalz, Pottasche). Alle Triebmittel entwickeln bei der Teigherstellung Kohlendioxid, das durch Bildung feiner Poren den Teig lockert. Bei der Brotherstellung kommen meist Hefe, Sauerteig und Backpulver oder Mischungen der Triebmittel zum Einsatz.





## Zutaten

Kaufen Sie einwandfreie und frische Zutaten, bereiten Sie sie sorgfältig vor, d.h. putzen und spülen Sie Kräuter, Obst und Gemüse und tupfen Sie sie gründlich trocken, damit der Teig nicht durchfeuchtet wird. Verwenden Sie frische, d.h. nicht zu lange gelagerte, Körner und Gewürze.

### Mehl

Mehl mit Typenbezeichnung kann man in vielen Supermärkten bekommen. Die Typenbezeichnung gibt den Mineralstoffgehalt des Mehls an. Mehl der Type 405 enthält 405 mg Mineralstoffe pro 100 g. Je höher die Typenzahl, desto dunkler ist das Mehl, desto mehr Nährstoffe enthält es. Bei Vollkornmehlen wird keine Typenzahl angegeben. Sie enthalten Schalenanteile des Getreidekorns (Ballaststoffe) sowie den vitaminreichen Keim. Ihr Mineralstoffgehalt ist so hoch wie der des Korns.

Vollkornmehle und -schrote erhält man ebenfalls in vielen Supermärkten, besonders gut sind sie jedoch in Bioläden oder Reformhäusern zu bekommen, wo sie oft frisch gemahlen werden oder auch als ganzes Korn erhältlich sind. Auch spezielle Mehle, Schrot oder Flocken, die seltener verwendet werden (wie Grahammehl oder Hirseflocken), finden sie dort.

Mehl sollte trocken gelagert werden. Helles Mehl ist je nach Sorte etwa 1 Jahr haltbar. Vollkornmehle je nach Sorte 2–3 Monate.

### Hefe

Hefe wird für die Teiglockerung benötigt. Sie können Trockenbackhefe oder auch frische Hefe verwenden. 1 Päckchen Trockenbackhefe entspricht ½ Päckchen (21 g) frischer Hefe.

Flüssigkeit, die dem Teig zugefügt wird (z. B. Wasser, Milch) sollte warm sein, da die Wärme der Hefe beim Aufgehen hilft.

## Tipps

- Den Hefeteig lieber etwas länger als zu kurz kneten. Von Hand 15–20 Minuten, mit Handrührgerät mit Knethaken etwa 5 Minuten kneten. Hinzu kommt noch ein sorgfältiges Nachkneten mit der Hand. Das gute Durchkneten des Teiges ist wichtig für eine feine Porung, nur so wird das Brot angenehm locker.
- Damit der Hefeteig später gut aufgehen kann, sollte er zu einer elastischen, geschmeidigen Masse verknetet werden. Eine weiche Konsistenz ist immer besser als ein zu fester Teig. Einem zu weichen Teig vor dem Formen noch etwas Mehl hinzufügen.
- Brote, die überwiegend oder ganz aus Vollkornmehl zubereitet werden, sind aufgrund ihrer festeren Teigstruktur kleiner als Brote aus hellem Mehl, da sie nicht so stark aufgehen.
- Vollkornbrote benötigen aufgrund der Ballaststoffe mehr Flüssigkeit und mehr Teiglockerungsmittel. Bei Verwendung von Vollkornmehl kann die Menge an benötigtem Wasser für den Teig leicht schwanken. Die im Rezept angegebenen Wassermengen sind deshalb Etwa-Angaben.
- Ist im Rezept Weizenmehl ohne genaue Bezeichnung und Typen-Nummer angegeben, handelt es sich um Weizenmehl der Type 405.

- Wenn der Brotteig gut aufgegangen ist, sollte er sofort in den vorgeheizten Backofen geschoben werden. Kommt der geformte Brotteig zu spät in den Ofen, kann der Teig seine Form verlieren; er fällt zusammen und wird klitschig. Es ist deshalb wichtig, den Backofen rechtzeitig vorzuheizen.
- Schön kross wird die Kruste, wenn Sie das Brot kurz vor Beendigung der Backzeit mit etwas Wasser bestreichen. Wer Milch benutzt, erhält ein matt glänzendes Ergebnis. Ein goldbraunes Äußeres erzielen Sie, wenn Sie den Brot- oder Brötchenteig vor dem Backen mit verschlagenem Eigelb bestreichen. Wenn die Brotoberfläche vorzeitig zu dunkel wird, können Sie die Oberfläche mit Backpapier oder Alufolie zudecken.
- So machen Sie die Garprobe: Das Brot an der Unter- und Oberseite mit der Hand abklopfen. Wenn es hohl klingt, ist das Brot gar. Andernfalls muss es noch einmal in den Backofen.
- Nehmen Sie das fertig gebackene Gebäck sofort vom Backpapier und lassen es auf einem Kuchenrost vollständig auskühlen, so erhält das Gebäck von allen Seiten eine schöne Kruste.
- Das fertige, ausgekühlte Brot lagern Sie am besten in einem luftigen Vorratsraum, einem belüfteten Speiseschrank, im Brotkasten oder im Brottopf. Der Kühlschrank ist nicht geeignet.
- Brot oder Brötchen lassen sich in Gefrierbeutel verpackt gut einfrieren. Das Gebäck bei Zimmertemperatur in der Verpackung auftauen lassen, herausnehmen und im vorgeheizten Backofen bei Ober-/ Unterhitze: etwa 150 °C je nach Sorte 10–15 Minuten aufbacken.

## Hinweise zu den Rezepten

Alle Rezepte sind von Dr. Oetker entwickelt und getestet worden. Sie sind ausführlich beschrieben und zum besseren Nachvollziehen übersichtlich in Punkte gegliedert. Die Zutaten sind in der Reihenfolge der Verwendung in einer Spalte aufgeführt, so dass leicht nachvollziehbar ist, was für das Rezept benötigt wird. Die Rezepte enthalten darüber hinaus Backzeit, Zubereitungszeit sowie Nährwertangaben.

Lesen Sie bitte vor der Zubereitung – besser noch vor dem Einkaufen – das Rezept einmal vollständig durch. Oft werden Arbeitsabläufe oder -zusammenhänge dann klarer.

Die in den Rezepten angegebenen Backtemperaturen und -zeiten sind Richtwerte, die je nach individueller Hitzeleistung des Backofens über- oder unterschritten werden können. Bitte beachten Sie deshalb bei der Einstellung des Backofens die Gebrauchsanweisung des Herstellers und machen Sie nach Beendigung der Backzeit eine Garprobe.

### Zubereitungszeiten

Die Zubereitungszeit beinhaltet nur die Zeit für die eigentliche Zubereitung, die Backzeiten sind gesondert ausgewiesen. Längere Wartezeiten, wie z. B. Kühlzeiten, sind ebenfalls nicht mit einbezogen.

**Abkürzungen**

EL = Esslöffel
TL = Teelöffel
Msp. = Messerspitze
Pck. = Packung/Päckchen
g = Gramm
kg = Kilogramm
ml = Milliliter
l = Liter

Min. = Minuten
Std. = Stunden
evtl. = eventuell
geh. = gehäuft
gestr. = gestrichen
TK = Tiefkühlprodukt
°C = Grad Celsius
Ø = Durchmesser

**Nährwerte**

E = Eiweiß
F = Fett
Kh = Kohlenhydrate
kcal = Kilokalorien
kJ = Kilojoule
BE = Broteinheiten

# Quark-Öl-Teig-Brot mit Sonnenblumenkernen

*Einfach*

**1 Brot (etwa 900 g)**

**Zubereitungszeit: 25 Minuten, ohne Abkühlzeit**
**Backzeit: 30–35 Minuten**

**Insgesamt: E: 1[illegible] g, F: 1[illegible] g, Kh: 31[illegible] g, kJ: 13929, kcal: 3327, BE: 2[illegible],5**

***Tipp:***
*Das Quark-Öl-Teig-Brot schmeckt frisch am besten.*

## Zutaten

***Zum Vorbereiten:***

| | |
|---|---|
| 100 g | Sonnenblumenkerne |

***Für den Quark-Öl-Teig:***

| | |
|---|---|
| 400 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Backin |
| 1 gestr. TL | Salz |
| 250 g | Speisequark (Magerstufe) |
| 100 ml | Milch |
| 100 ml | Olivenöl |

***Zum Bestreichen und Bestreuen:***

| | |
|---|---|
| 1 | Eigelb |
| 1 EL | Milch |
| 1 Prise | Salz |
| 2 EL | Sonnenblumenkerne |

1. Zum Vorbereiten Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, herausnehmen und auf einem Teller erkalten lassen.

2. Den Backofen vorheizen. Für den Teig Mehl mit Backpulver mischen und in eine Rührschüssel sieben. Salz, Quark, Milch, Olivenöl und Sonnenblumenkerne hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Rührbesen zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe zu einem glatten Teig verarbeiten (nicht zu lange, Teig klebt sonst).

3. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einer 70–80 cm langen Rolle formen, schneckenartig aufrollen und in eine Springform (Ø 26 cm, gefettet) legen. Die Teigschnecke etwas auseinanderziehen, damit sich der Teig beim Backen ausdehnen kann.

4. Zum Bestreichen und Bestreuen Eigelb mit Milch und Salz verschlagen. Die Teigschnecke damit bestreichen und mit Sonnenblumenkernen bestreuen. Die Form auf dem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** 30–35 Minuten.

5. Das Brot etwa 5 Minuten in der Form abkühlen lassen, dann aus der Form lösen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



# Birnen-Walnuss-Brot

*Schnell – einfach*

1 Brot (etwa 850 g)

Zubereitungszeit: 25 Minuten, ohne Durchziehzeit
Backzeit: etwa 60 Minuten

Insgesamt: E: 75 g, F: 235 g, Kh: 393 g, kJ: 16709, kcal: 3993, BE: 33

*Tipp:*
*Das Brot in Klarsichtfolie verpacken und mit einer dekorativen Schleife zubinden; ideal als Geschenk.*

## Zutaten

### Zum Vorbereiten:

| | |
|---|---|
| 100 g | getrocknete Birnen |
| 2 EL | Zitronensaft |

### Für den Schüttelteig:

| | |
|---|---|
| 250 g | Weizenmehl |
| 3 gestr. TL | Dr. Oetker Backin |
| 125 g | Zucker |
| 1 Msp. | Salz |
| 2 Pck. | Dr. Oetker Finesse Geriebene Zitronenschale |
| 125 g | zerlassene, abgekühlte Butter oder Margarine |
| 3 | Eier (Größe M) |
| 2 EL | Zitronensaft |
| 1 Becher (150 g) | saure Sahne |
| 150 g | gehackte Walnusskerne |

**1.** Zum Vorbereiten Birnen in kleine Stücke schneiden, mit Zitronensaft beträufeln und etwas durchziehen lassen.

**2.** Den Backofen vorheizen. Für den Teig Mehl mit Backpulver mischen, in eine verschließbare Schüssel (3-Liter-Inhalt) sieben, mit Zucker, Salz und Zitronenschale mischen. Butter oder Margarine, Eier, Zitronensaft und Sahne hinzufügen, Schüssel mit dem Deckel fest verschließen. Mehrmals (insgesamt 15–30 Sekunden) kräftig schütteln, so dass alle Zutaten gut vermischt sind. Walnusskerne und Birnenstücke hinzugeben.

**3.** Alles mit einem Schneebesen oder Rührlöffel nochmals sorgfältig durchrühren, damit vor allem trockene Zutaten vom Rand mit untergerührt werden.

**4.** Den Teig in eine Kastenform (30 x 11 cm, gefettet, mit Backpapier ausgelegt) geben und glatt streichen. Die Form auf dem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 180 °C
**Heißluft:** etwa 160 °C
**Backzeit:** etwa 60 Minuten.

**5.** Das Brot eventuell nach 40 Minuten Backzeit mit Backpapier zudecken.

**6.** Das fertige Brot etwa 10 Minuten in der Form stehen lassen, dann aus der Form lösen und das Backpapier entfernen. Das Brot auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



1 Brot (etwa 650 g)

Zubereitungszeit: 45 Minuten, ohne Abkühl- und Teiggehzeit
Backzeit: 40–50 Minuten

Insgesamt: E: 52 g, F: 24 g, Kh: 337 g, kJ: 7454, kcal: 1781, BE: 28

# Grießbrot

## Einfach

***Zutaten***

***Zum Vorbereiten:***

| | |
|---|---|
| 425 ml | Wasser |
| 2 gestr. TL | Salz |
| 100 g | Weizen-Vollkorngrieß |

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 350 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 1 gestr. TL | Brotgewürz |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 2 EL | Speiseöl |

***Zum Bestreichen und Bestreuen:***

| | |
|---|---|
| etwas | Wasser |
| | Weizen-Vollkorngrieß |

**1.** Zum Vorbereiten Wasser in einem Topf aufkochen, Salz und Grieß unter Rühren einstreuen und kurz aufkochen lassen. Den Topf von der Kochstelle nehmen. Den Grießbrei unter Rühren lauwarm abkühlen lassen.

**2.** Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben, mit Brotgewürz und Trockenbackhefe sorgfältig vermischen. Speiseöl und lauwarmen Grießbrei hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten.

**3.** Den Teig leicht mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 50 Minuten). Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**4.** Den Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten, zu einer Kugel formen und auf das Backblech legen. Teigkugel mit Wasser bestreichen, mit Grieß bestreuen und einreiben.

**5.** Die Teigkugel nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Minuten, bis die Oberfläche leicht einreißt). Nach etwa 25 Minuten Teiggehzeit den Backofen vorheizen. Die Teigkugel mit einem Sägemesser gitterförmig etwa 1 cm tief einschneiden. Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 250 °C
**Heißluft:** etwa 230 °C
**Backzeit:** etwa 10 Minuten.

**6.** Nach 10 Minuten Backzeit die Temperatur auf **Ober-/Unterhitze: etwa 200 °C, Heißluft: etwa 180 °C herunterschalten** und das Brot **in 30–40 Minuten** fertig backen.

**7.** Das Brot vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



1 Brot (etwa 800 g)

Zubereitungszeit: 30 Minuten, ohne Abkühl- und Teiggehzeit
Backzeit: etwa 50 Minuten

Insgesamt: E: 63 g, F: 110 g, Kh: 430 g, kJ: 12450, kcal: 2976, BE: 34,5

***Tipp:***
*Die gefettete Form zusätzlich mit Kürbiskernen ausstreuen.*

# Kürbisbrot

## Preiswert

***Zutaten***

***Zum Vorbereiten:***

| | |
|---|---|
| 300 g | vorbereitetes Kürbisfleisch (geschält, entkernt) |
| 3–4 EL | Wasser |

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 500 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 2 EL | flüssiger Honig |
| 3 EL | lauwarme Milch |
| 100 ml | Speiseöl |
| 1 gestr. TL | Salz |
| 1 gestr. TL | Zucker |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

**1.** Zum Vorbereiten Kürbisfleisch klein schneiden, mit Wasser in einem Topf unter Rühren 2–3 Minuten dünsten. Das Kürbisfleisch pürieren und erkalten lassen.

**2.** Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben, mit Trockenbackhefe sorgfältig vermischen. Honig, Milch, Speiseöl, Salz, Zucker und Kürbispüree hinzufügen.

**3.** Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten).

**4.** Den gegangenen Teig leich mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten. Den Teig zu einem länglichen Laib former und in eine Kasten- oder Brotbackform (35 x 11 cm, gefettet) legen. Den Backofen vorheizen. Den Teig nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten).

**5.** Die Teigoberfläche der Länge nach mit einem scharfen Messer etwa 1 cm tief einschnei den (nicht drücken). Die Form auf dem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** etwa 50 Minuten.

**6.** Das Brot aus der Form löse und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



1 Brot (etwa 800 g)

Zubereitungszeit: 40 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: 25–35 Minuten

Insgesamt: E: 100 g, F: 73 g, Kh: 354 g, kJ: 10362, kcal: 2476, BE: 29,5



# Dinkelzopf mit Kürbiskernen

## Raffiniert

### *Zutaten*

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 70 g | Kürbiskerne |
| 500 g | Dinkel-Vollkornmehl |
| 2 gestr. TL | Salz |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 300 ml | lauwarmes Wasser |
| 2 EL | Speiseöl |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Dinkel-Vollkornmehl |

***Zum Bestreichen und Bestreuen:***

| | |
|---|---|
| etwas | Wasser |
| 1–2 EL | Kürbiskerne |

1. Für den Teig Kürbiskerne grob hacken. Vollkornmehl, Salz, gehackte Kürbiskerne und Trockenbackhefe in einer Rührschüssel sorgfältig vermischen. Wasser und Speiseöl hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten.

2. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Minuten). Das Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

3. Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und zu einer Rolle formen. Teigrolle in drei gleich große Portionen teilen. Jede Teigportion zu einer Rolle (etwa 30 cm Länge) formen.

4. Die Teigrollen nebeneinander auf die Arbeitsfläche legen und zu einem Zopf flechten. Teigenden unter den Zopf schlagen. Den Teigzopf auf das Backblech legen, mit Wasser bestreichen und mit Kürbiskernen bestreuen.

5. Den Backofen vorheizen. Den Teigzopf zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 20 Minuten). Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 250 °C
**Heißluft:** etwa 230 °C
**Backzeit:** etwa 5 Minuten.

6. Nach etwa 5 Minuten Backzeit die Temperatur auf **Ober-/Unterhitze: etwa 200 °C, Heißluft: etwa 180 °C** herunterschalten und den Dinkelzopf in **20–30 Minuten** fertig backen.

7. Den Dinkelzopf vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



1 Brot (etwa 1100 g)

Zubereitungszeit: 35 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: 50–60 Minuten

Insgesamt: E: 93 g, F: 101 g, Kh: 589 g, kJ: 15615, kcal: 3731, BE: 48

*Tipp:*
*Olivenbrot als Beilage zu spanischen Tapas oder zu italienischen Antipasti reichen.*

# Olivenbrot

## *Gut vorzubereiten*

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 800 g | Weizenmehl |
| 1 Pck. (42 g) | frische Hefe |
| 1 TL | Zucker |
| 375 ml (3/8 l) | lauwarmes Wasser |
| 2 gestr. TL | Salz |
| 4 EL | Olivenöl |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |
| 250 g | entsteinte Oliven, schwarz und grün |

**1.** Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben. In die Mitte eine Vertiefung drücken und die Hefe hineinbröckeln. Zucker und etwas Wasser hinzufügen, mit einem kleinen Teil des Mehls mit einer Gabel vorsichtig verrühren und etwa 10 Minuten gehen lassen.

**2.** Restliches Wasser, Salz und Olivenöl hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Minuten). Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**3.** Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals gut durchkneten und die Oliven unterarbeiten. Aus dem Teig eine Rolle (etwa 70 cm Länge) formen, auf das Backblech legen und zu einer großen, in der Mitte leicht erhöhten Schnecke formen.

**4.** Den Backofen vorheizen. Die Teigschnecke nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** 50–60 Minuten.

**5.** Das Olivenbrot vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



1 Brot (etwa 1 kg)

Zubereitungszeit: 45 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: 30–40 Minuten

Insgesamt: E: 101 g, F: 133 g, Kh: 380 g, kJ: 13117, kcal: 3135, BE: 31



# Kraftbrot

## Raffiniert – saftig

### Zutaten

**Zum Vorbereiten:**

| | |
|---|---|
| 200 g | Möhren |
| 100 g | Walnusskerne |
| 100 g | Haselnusskerne |

**Für den Hefeteig:**

| | |
|---|---|
| 100 g | Roggenmehl (Type 1150) |
| 400 g | Dinkel-Vollkornmehl |
| 2 gestr. TL | Salz |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 250 ml (1/4 l) | lauwarmes Wasser |

**Zum Bestäuben:**

| | |
|---|---|
| etwas | Roggenmehl |

1. Zum Vorbereiten Möhren putzen, schälen, abspülen, trocken tupfen und auf einer Haushaltsreibe reiben. Walnuss- und Haselnusskerne grob hacken.

2. Für den Teig Roggen-, Vollkornmehl, Salz und Trockenbackhefe in einer Rührschüssel sorgfältig vermischen. Wasser, Möhrenraspel und Nussstückchen hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten.

3. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 60 Minuten).

4. Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und zu einer Rolle (etwa 28 cm Länge) formen. Die Teigrolle in eine Kastenform (30 x 11 cm, gefettet) legen, mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Minuten). Nach etwa 25 Minuten Teiggehzeit den Backofen vorheizen.

5. Die Teigoberfläche mehrmals mit einem Messer etwa ½ cm tief, diagonal kreuzweise einritzen (nicht drücken). Die Form auf dem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 250 °C
**Heißluft:** etwa 230 °C
**Backzeit:** etwa 10 Minuten.

6. Nach etwa 10 Minuten Backzeit die Temperatur auf **Ober-/Unterhitze: etwa 200 °C, Heißluft: etwa 180 °C** herunterschalten und das Brot in **20–30 Minuten** fertig backen.

7. Das Brot aus der Form lösen, auf einen Kuchenrost stürzen, umdrehen und auf dem Kuchenrost erkalten lassen.



1 Brot (etwa 900 g)

Zubereitungszeit: 60 Minuten, ohne Abkühl- und Teiggehzeit
Backzeit: 35–40 Minuten

Insgesamt: E: 79 g, F: 102 g, Kh: 460 g, kJ: 12915, kcal: 3086, BE: 39



# Süßes Nussbrot
## Zum Verschenken

### Zutaten

**Zum Vorbereiten:**

| | |
|---|---|
| 70 g | ungesalzene Erdnusskerne |
| 40 g | Haselnusskerne |
| 40 g | Zucker |

**Für den Hefeteig:**

| | |
|---|---|
| 500 g | Weizenmehl (Type 550) |
| ½ Pck. (21 g) | frische Hefe |
| 40 g | Zucker |
| 250 ml (¼ l) | lauwarmes Wasser |
| 1 gestr. TL | Salz |
| 40 g | weiche Butter |

**Zum Bestäuben:**

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |
| etwas | Speiseöl für die Form |

1. Zum Vorbereiten Erdnuss- und Haselnusskerne hacken, in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Zucker auf die Nusskerne streuen und karamellisieren lassen. Nussmasse abkühlen lassen.

2. Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben. In die Mitte eine Vertiefung drücken und die Hefe hineinbröckeln. Einen Esslöffel des Zuckers und etwas Wasser hinzufügen, mit einem kleinen Teil des Mehls mit einer Gabel vorsichtig verrühren und etwa 15 Minuten gehen lassen.

3. Restliches Wasser, restlichen Zucker, Salz, Butter und die Nussmasse hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Minuten).

4. Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals gut durchkneten und zu einer Rolle (etwa 24 cm Länge) formen.

5. Die Teigrolle in eine gewässerte Römertopf-Brotbackform (mit Speiseöl bestrichen) legen und nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert hat (mindestens 30 Minuten).

6. Die Römertopf-Brotbackform auf dem Rost in den kalten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** 35–40 Minuten.

7. Nach Beendigung der Backzeit das Brot noch etwa 10 Minuten im ausgeschalteten Backofen stehen lassen. Dann die Form herausnehmen und auf einen Kuchenrost stellen. Das Brot etwa 5 Minuten in der Form abkühlen lassen. Das Brot aus der Form nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



1 Brot (etwa 700 g)

Zubereitungszeit: 40 Minuten, ohne Abkühl- und Teiggehzeit
Backzeit: 30–40 Minuten

Insgesamt: E: 66 g, F: 47 g, Kh: 313 g, kJ: 8249, kcal: 1972, BE: 26



# Joghurt-Sesam-Brot

## *Gut vorzubereiten – gefriergeeignet*

***Zutaten***

***Zum Vorbereiten:***

| | |
|---|---|
| 50 g | geschälte Sesamsamen |

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 300 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 100 g | Vollkorn-Weizenmehl |
| 2 gestr. TL | Salz |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 150 g | Vollmilchjoghurt (3,5 % Fett) |
| 175 ml | lauwarmes Wasser |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

***Zum Bestreichen und Bestreuen:***

| | |
|---|---|
| etwas | Wasser |
| 1–2 EL | geschälte Sesamsamen |

1. Zum Vorbereiten Sesam in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, herausnehmen und auf einem Teller erkalten lassen.

2. Für den Teig beide Mehlsorten, Salz, Sesam und Trockenbackhefe in einer Rührschüssel sorgfältig vermischen. Joghurt und Wasser hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten.

3. Den Teig leicht mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Minuten). Das Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

4. Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und zu einer Kugel formen. Teigkugel auf das Backblech legen, dünn mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). Nach etwa 15 Minuten Teiggehzeit den Backofen vorheizen.

5. Die Teigoberfläche mit Wasser bestreichen, mit Sesam bestreuen und mit einem Sägemesser kreuzweise 1–2 cm tief einschneiden (nicht drücken). Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 250 °C
**Heißluft:** etwa 230 °C
**Backzeit:** etwa 10 Minuten.

6. Nach etwa 10 Minuten Backzeit die Temperatur auf **Ober-/Unterhitze: etwa 200 °C, Heißluft: etwa 180 °C** herunterschalten und das Brot in **20–30 Minuten** fertig backen.

7. Das Brot vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



1 Brot (etwa 900 g)

Zubereitungszeit: 20 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: 45–55 Minuten

Insgesamt: E: 91 g, F: 45 g, Kh: 419 g, kJ: 10683, kcal: 2548, BE: 34,5

# Dinkel-Bier-Brot

## Gut vorzubereiten – mit Alkohol

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 150 g | Dinkelmehl (Type 1050) |
| 1 Pck. (42 g) | frische Hefe |
| 350 ml | Weizenbier |
| 350 g | Dinkel-Vollkornmehl |
| 70 g | Dinkel-Vollkornflocken |
| 2 gestr. TL | Salz |
| 1 gestr. TL | Zucker |
| 1 gestr. TL | gemahlener Kümmel |
| ½ gestr. TL | gemahlener Koriander |
| 3 EL | Speiseöl |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Dinkelmehl |

***Zum Bestreichen und Bestreuen:***

| | |
|---|---|
| 1 EL | Milch |
| 2 EL | Dinkel-Vollkornflocken |

**1.** Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel geben. In die Mitte eine Vertiefung drücken. Hefe hineinbröckeln, Bier hinzufügen. Mit einer Gabel vorsichtig verrühren und etwa 15 Minuten gehen lassen, bis sich dicke Blasen bilden.

**2.** Vollkornmehl, Vollkornflocken, Salz, Zucker, Kümmel, Koriander und Speiseöl hinzugeben. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Minuten).

**3.** Den Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche nochmals gut durchkneten und zu einer Rolle (etwa 28 cm Länge) formen.

**4.** Teigrolle in eine Kastenform (30 x 11 cm, gefettet) legen und zugedeckt nochmals so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). Nach etwa 15 Minuten Teiggehzeit den Backofen vorheizen.

**5.** Teigoberfläche mit Milch bestreichen und mit Vollkornflocken bestreuen. Die Form auf dem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** 45–55 Minuten.

**6.** Das Brot etwa 5 Minuten in der Form stehen lassen, dann aus der Form lösen und auf einen Kuchenrost stürzen. Brot wieder umdrehen und auf dem Kuchenrost erkalten lassen.

***Tipp:***
*Anstelle von Dinkelmehl können Sie auch Weizenmehl und kernige Haferflocken verwenden (Mehltypen beachten).*



1 Brot (etwa 750 g)

Zubereitungszeit:
etwa 40 Minuten,
ohne Teiggehzeit
Backzeit: 35–40 Minuten

Insgesamt: E: 58 g, F: 16 g,
Kh: 391 g, kJ: 8190,
kcal: 1957, BE: 33

# Rundes Krustenweißbrot

Einfach

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 70 g | Roggenmehl (Type 1150) |
| 450 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 2 gestr. TL | Salz |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 300 ml | lauwarmes Wasser |
| 1 EL | Speiseöl |

***Zum Bestreichen und Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Wasser |
| | Roggenmehl |

**1.** Für den Teig Roggen-, Weizenmehl, Salz und Trockenbackhefe in einer Rührschüssel sorgfältig vermischen. Wasser und Speiseöl hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten.

**2.** Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Minuten). Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**3.** Den Backofen vorheizen. Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und zu einer Kugel formen. Teigkugel auf das Backblech legen, zuerst dünn mit Wasser bestreichen, dann kräftig mit Roggenmehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert hat (etwa 20 Minuten).

**4.** Die Teigkugel auf halber Höhe mit einem Sägemesser etwa 1 cm tief ringförmig einschneiden (nicht drücken). Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 250 °C
**Heißluft:** etwa 230 °C
**Backzeit:** etwa 10 Minuten.

**5.** Nach etwa 10 Minuten Backzeit die Temperatur auf **Ober-/Unterhitze: etwa 200 °C, Heißluft: etwa 180 °C** herunterschalten und das Brot in **25–30 Minuten** fertig backen.

**6.** Das Brot vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



1 Brot (etwa 650 g)

Zubereitungszeit: 20 Minuten, ohne Einweich-, Abkühl- und Teiggehzeit
Backzeit: 45–55 Minuten

Insgesamt: E: 61 g, F: 65 g, Kh: 285 g, kJ: 8260, kcal: 1974, BE: 23,5

# Pilzbrot mit Pinienkernen

*Raffiniert*

### Zutaten

**Zum Vorbereiten:**

| | |
|---|---|
| 15 g | getrocknete Steinpilze |
| 250 ml (¼ l) | Wasser |
| 60 g | Pinienkerne |

**Für den Hefeteig:**

| | |
|---|---|
| 300 g | Weizenmehl (Type 550) |
| ½ Pck. (21 g) | frische Hefe |
| ½ TL | Zucker |
| 70 g | Roggenmehl (Type 1150) |
| 1½ gestr. TL | Salz |
| 30 g | weiches Butterschmalz |

**Zum Bestäuben:**

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

**1.** Zum Vorbereiten Steinpilze in ein Sieb geben, mit kaltem Wasser gründlich abspülen und abtropfen lassen. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, Topf von der Kochstelle nehmen, Steinpilze hinzugeben und zugedeckt etwa 20 Minuten einweichen. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, herausnehmen und auf einem Teller erkalten lassen.

**2.** Steinpilze in einem Sieb abtropfen lassen und die Einweichflüssigkeit auffangen. Steinpilze in sehr kleine Stücke schneiden.

**3.** Für den Teig Weizenmehl in eine Rührschüssel sieben. In die Mitte eine Vertiefung drücken. Hefe hineinbröckeln, Zucker und Pilzstücke mit der Einweichflüssigkeit hinzufügen. Mit einem Teil des Mehls mit einer Gabel vorsichtig verrühren und etwa 15 Minuten gehen lassen, bis sich dicke Blasen bilden.

**4.** Roggenmehl, Salz, Pinienkerne und Butterschmalz hinzugeben. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Minuten). Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**5.** Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche nochmals gut durchkneten und zu einem Laib (etwa 30 cm Länge) formen. Den Teiglaib auf das Backblech legen. Teigoberfläche in breiten Abständen mehrmals diagonal mit einem scharfen Messer einritzen (nicht drücken) und mit Weizenmehl bestäuben.

**6.** Den Backofen vorheizen. Den Teiglaib nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 20 Minuten). Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** 45–55 Minuten.

**7.** Das Brot vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

**Tipp:**
*Noch kräftiger schmeckt das Brot, wenn Sie zusammen mit den gerösteten Pinienkernen 1 gestrichenen Teelöffel getrockneten Thymian oder ½ gestrichenen Teelöffel Rosmarin hinzufügen.*



# Brotstangen mit Amaranth

*Raffiniert*

**4 Brote (je etwa 150 g)**

**Zubereitungszeit: 50 Minuten, ohne Quell-, Abkühl- und Teiggehzeit**
**Backzeit: 30–40 Minuten**

**Insgesamt: E: 58 g, F: 33 g, Kh: 288 g, kJ: 7125, kcal: 1702, BE: 24**

***Tipp:***
*Amaranth ist ein sehr altes, aus Mittelamerika stammendes Fuchsschwanzgewächs. Es hat sehr kleine feste Samenkörner, deren Geschmack nussig-erdig ist. In Reformhäusern und Bio-Läden wird Amaranth meistens als ganzes Korn oder gepufft angeboten.*
*Amaranth ist glutenfrei. Es ist sehr gesund, weil es viel Eisen, Magnesium und hochwertiges Eiweiß enthält.*

***Zutaten***

***Zum Vorbereiten:***

| | |
|---|---|
| 300 ml | Wasser |
| 100 g | Amaranth (erhältlich im Reformhaus) |

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 150 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 150 g | Dinkel-Vollkornmehl |
| 2 gestr. TL | Salz |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 50 ml | Wasser |
| 2 EL | Speiseöl |

***Zum Bestreichen:***

| | |
|---|---|
| etwas | Wasser |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

**1.** Zum Vorbereiten Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, Amaranth hinzufügen und aufkochen lassen, zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 30 Minuten garen. Amaranth gegen Ende der Garzeit immer wieder umrühren, da er leicht am Topfboden haftet. Es ist nicht notwendig, weiteres Wasser hinzuzufügen.

**2.** Amaranth auf der ausgeschalteten Kochstelle zugedeckt weitere 10 Minuten quellen lassen. Anschließend Amaranth lauwarm abkühlen lassen.

**3.** Für den Teig beide Mehlsorten mit Salz und Trockenbackhefe in einer Rührschüssel sorgfältig vermischen. Wasser, Speiseöl und lauwarme Amaranth-Masse hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten.

**4.** Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 1 Stunde). Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**5.** Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten. Den Teig in 4 gleich große Portionen teilen. Jede Teigportion so zu einer Rolle (etwa 28 cm Länge) formen, dass die Enden dünner sind. Die Teigrollen auf das Backblech legen, dünn mit Wasser bestreichen und mit Mehl bestäuben.

**6.** Den Backofen vorheizen. Die Teigrollen zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 20 Minuten).

**7.** Die Teigrollen mit einem Sägemesser in der Mitte etwa ½ cm tief einschneiden (nicht drücken). Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 250 °C
**Heißluft:** etwa 230 °C
**Backzeit:** 10 Minuten.

**8.** Nach etwa 10 Minuten Backzeit die Temperatur auf **Ober-/Unterhitze: etwa 200 °C, Heißluft: etwa 180 °C** herunterschalten und die Brotstangen in **20–30 Minuten** fertig backen.

**9.** Die Brotstangen vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



Stangenbrote

2 Brote (je etwa 400 g)

Zubereitungszeit: 45 Minuten, ohne Teiggeh- und Abkühlzeit
Backzeit: 55–60 Minuten

Insgesamt: E: 72 g, F: 74 g, Kh: 339 g, kJ: 9791, kcal: 2340, BE: 28

**Tipp:**
*Das Brot eignet sich gut als Toastbrot. Dann entfällt das Trocknen der Brotscheiben.*

# Doppelt gebackenes Fenchelbrot

*Raffiniert – Vollwert*

**Zutaten**

**Für den Sud:**

| | |
|---|---|
| 250 ml (1/4 l) | Wasser |
| 2 EL | Fenchelsamen (Apotheke) |
| 2 gestr. TL | Salz |
| 1 gestr. EL | Zucker |
| 70 g | Butter |

**Für den Hefeteig:**

| | |
|---|---|
| 500 g | Vollkorn-Weizenmehl |
| 1 Pck. (42 g) | frische Hefe |
| 1 TL | Zucker |
| 1 gestr. TL | Salz |
| 100 ml | lauwarmes Wasser |

**Zum Bestäuben:**

| | |
|---|---|
| etwas | Vollkorn-Weizenmehl |

1. Für den Sud Wasser, Fenchelsamen, Salz, Zucker und Butter in einen Topf geben. Die Zutaten zum Kochen bringen und zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 15 Minuten kochen lassen. Sud lauwarm abkühlen lassen.

2. Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel geben. In die Mitte eine Vertiefung drücken. Hefe hineinbröckeln, Zucker, Salz und etwas Wasser hinzufügen. Mit einem Teil des Mehls mit einer Gabel vorsichtig verrühren und etwa 10 Minuten gehen lassen.

3. Den vorbereiteten Sud und das restliche Wasser hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 45 Minuten). Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

4. Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten.

5. Den Backofen vorheizen. Aus dem Teig 2 Stangen (je etwa 28 cm Länge) formen, auf das Backblech legen und mit Mehl bestäuben. Teigstangen nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 20 Minuten). Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** 30–35 Minuten.

6. Die Brote vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

7. Die Brote mit einem scharfen Sägemesser in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden, nebeneinander auf die Roste des Backofens legen und in den heißen Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 120 °C
**Heißluft:** etwa 100 °C
**Backzeit:** etwa 25 Minuten je Rost.

8. Die Backofentür während des Backens gelegentlich öffnen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann.

9. Das Fenchelbrot warm oder kalt servieren.



*Stangenbrote*

# Gedrehte Stangenbrote

*Für Gäste*

**3 Brote (je etwa 230 g)**

**Zubereitungszeit: 45 Minuten, ohne Teiggehzeit**
**Backzeit: 20–30 Minuten**

**Insgesamt: E: 54 g, F: 6 g, Kh: 389 g, kJ: 7749, kcal: 1852, BE: 32,5**

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 150 g | Roggenmehl (Type 1150) |
| 350 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 2 gestr. TL | Salz |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 2 EL | Obstessig |
| 2 TL | flüssiger Honig |
| 250 ml (¼ l) | lauwarmes Wasser |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Roggenmehl |

**1.** Für den Teig Roggen-, Weizenmehl, Salz und Trockenbackhefe in einer Rührschüssel sorgfältig vermischen. Obstessig, Honig und Wasser hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten.

**2.** Den Teig leicht mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Minuten). Das Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**3.** Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und zu einer Rolle formen. Teigrolle in 3 gleich große Portionen teilen. Jede Teigportion zu einer Stange (je etwa 28 cm Länge) formen und 2–3-mal um sich selbst drehen, so dass eine unregelmäßige Stange entsteht.

**4.** Den Backofen vorheizen. Die Teigstangen auf das Backblech legen, kräftig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 20 Minuten). Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 220 °C
**Heißluft:** etwa 200 °C
**Backzeit:** 20–30 Minuten.

**5.** Die Stangenbrote vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



# Tomatenbrote (Titelfoto)

## Für Gäste

4 Brote (je etwa 180 g)

Zubereitungszeit: 50 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: 25–30 Minuten

Insgesamt: E: 64 g, F: 63 g, Kh: 370 g, kJ: 9696, kcal: 2317, BE: 30,5



***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 100 g | getrocknete, in Öl und Kräutern eingelegte Tomaten |
| 350 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 100 g | Weizenmehl (Type 1050) |
| 2 gestr. TL | Salz |
| 1 gestr. TL | Zucker |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 270 ml | lauwarmes Wasser |
| 5 EL | Kräuteröl (von den eingelegten Tomaten) |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl (Type 1050) |

**1.** Für den Teig Tomaten in einem Sieb abtropfen lassen, das Kräuteröl dabei auffangen. Beide Mehlsorten, Salz, Zucker und Trockenbackhefe in einer Rührschüssel sorgfältig vermischen. Wasser und aufgefangenes Kräuteröl hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten.

**2.** Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Minuten).

**3.** Tomaten in Streifen schneiden. Das Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**4.** Den gegangenen Teig mit Handrührgerät mit Knethaken kurz durchkneten. Tomatenstreifen unterkneten. Den Teig mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einer Rolle formen und in 4 gleich große Portionen teilen.

**5.** Die Teigportionen jeweils zu einer Rolle (je etwa 24 cm Länge) formen. Die Teigrollen so formen, dass die Enden sehr viel dünner als in der Mitte sind. Herausstehende Tomatenstreifen in den Teig drücken. Teigrollen versetzt auf das Backblech legen, mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 30 Minuten). Nach etwa 15 Minuten Teiggehzeit den Backofen vorheizen.

**6.** Die Teigrollen jeweils mit einem Sägemesser 2–3-mal schräg, etwa ½ cm tief einschneiden (nicht drücken). Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 250 °C
**Heißluft:** etwa 230 °C
**Backzeit:** etwa 10 Minuten.

**7.** Nach etwa 10 Minuten Backzeit die Temperatur auf **Ober-/Unterhitze: etwa 200 °C, Heißluft: etwa 180 °C** herunterschalten und die Brote in **15–20 Minuten** fertig backen.

**8.** Die Brote vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



Stangenbrote

# Zwiebel-Curry-Brot

## Für Gäste

**1 Brot (etwa 700 g)**

**Zubereitungszeit: 35 Minuten, ohne Teiggehzeit**
**Backzeit: etwa 45 Minuten**

**Insgesamt: E: 77 g, F: 66 g, Kh: 390 g, kJ: 10534, kcal: 2517, BE: 31,5**



***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 500 g | Weizenmehl (Type 1050) |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 2 TL | Zucker |
| 1 gestr. TL | Salz |
| etwas | Paprikapulver edelsüß |
| 250 ml (1/4 l) | lauwame Milch |
| 50 g | zerlassene, abgekühlte Butter |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |
| 250 g | Zwiebeln |
| 1 1/2 TL | Currypulver |

***Zum Bestreichen:***

| | |
|---|---|
| 1 | Eigelb |
| 1 EL | Milch |

**1.** Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben und mit der Trockenbackhefe sorgfältig vermischen. Zucker, Salz, Paprika, Milch und Butter hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten).

**2.** Zwiebeln abziehen und in kleine Würfel schneiden. Speiseöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebelwürfel darin etwa 10 Minuten bei schwacher Hitze dünsten, mit Curry würzen. Etwas abkühlen lassen. Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**3.** Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche mit den Zwiebelwürfeln nochmals kurz durchkneten. Den Teig zu einer länglichen Rolle formen und auf das Backblech legen. Die Teigrolle an der Oberfläche mehrere Male etwa 1 cm tief schräg einschneiden (nicht drücken).
Den Backofen vorheizen.

**4.** Zum Bestreichen Eigelb mit Milch verschlagen. Die Teigrolle damit bestreichen und nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert hat (etwa 20 Minuten). Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 180 °C
**Heißluft:** etwa 160 °C
**Backzeit:** etwa 45 Minuten.

**5.** Das Brot vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



Stangenbrote

# Party-Zwiebelbrot

Einfach

**2 Brote (je etwa 500 g)**

**Zubereitungszeit: 40 Minuten, ohne Teiggehzeit**
**Backzeit: etwa 25 Minuten**

**Insgesamt: E: 107 g, F: 135 g, Kh: 497 g, kJ: 15550, kcal: 3715, BE: 40,5**

***Tipp:***
*Das Zwiebelbrot lässt sich gut einfrieren. Dann das Brot bei Ober-/Unterhitze: etwa 180 °C, Heißluft: etwa 160 °C in 8–10 Minuten wieder aufbacken. Das Zwiebelbrot mit frischen, gehackten Kräutern und Knoblauchbutter servieren.*

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 600 g | Weizenmehl |
| 2 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 1 EL | Zucker |
| 1 gestr. TL | Salz |
| 200 g | Kräuter-Schmelzkäse |
| gut 250 ml (1/4 l) | Wasser |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |
| 100 g | Butter |
| 1 Pck. | Zwiebelsuppe |

**1.** Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben, mit Trockenbackhefe sorgfältig vermischen. Zucker, Salz, Schmelzkäse und Wasser hinzufügen.

**2.** Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Minuten). Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten.

**3.** Butter mit Zwiebelsuppenpulver verkneten. Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und zu einem Rechteck (etwa 30 x 50 cm) ausrollen. Die Butter-Zwiebelsuppen-Masse darauf verteilen.

**4.** Den Teig von der schmalen Seite her aufrollen. Die Rolle der Länge nach halbieren.

**5.** Den Backofen vorheizen. Die Teigrollen auf das Backblech legen und nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 30 Minuten). Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** etwa 25 Minuten.

**6.** Die Brote vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost abkühlen lassen. Brote lauwarm oder kalt servieren.



Etwa 35 Taler

Zubereitungszeit: 40 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: etwa 25 Minuten je Backblech

Insgesamt: E: 48 g, F: 17 g, Kh: 251 g, kJ: 5734, kcal: 1370, BE: 20,5

***Tipp:***
*Die Roggentaler sind wie Knäckebrot. Roggentaler in einer gut schließenden Dose aufbewahren.*

# Kleine Roggentaler (Foto vorn)

## *Für Gäste*

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 200 g | Dinkel-Vollkornmehl |
| 1 gestr. TL | Salz |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 1 TL | flüssiger Honig |
| 200 ml | lauwarmes Wasser |
| 1 EL | Speiseöl |
| 150 g | Roggenmehl (Type 1150) |
| 1 gestr. TL | gemahlener Anis |
| 2 gestr. TL | Kümmelsamen |
| 2 EL | Obstessig |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Dinkel-Vollkornmehl |

**1.** Für den Teig Vollkornmehl, Salz und Trockenbackhefe in einer Rührschüssel sorgfältig vermischen. Honig, Wasser und Speiseöl hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem dickflüssigen, glatten Teig verarbeiten.

**2.** Den Teig mit Vollkornmehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Minuten). 2–3 Backbleche in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**3.** Roggenmehl mit Anis und Kümmel mischen, mit dem Essig zum gegangenen Teig geben und mit Handrührgerät mit Knethaken nochmals etwa 5 Minuten durchkneten.

**4.** Den Teig portionsweise auf einer bemehlten Arbeitsfläche etwa 2 mm dick ausrollen und mit einer runden Ausstechform Taler (Ø etwa 8 cm) ausstechen. Die Teigtaler auf den Backblechen verteilen und nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 40 Minuten). Nach etwa 25 Minuten Teiggehzeit den Backofen vorheizen.

**5.** Die einzelnen Teigtaler mit einem scharfen Messer mehrmals kreuzweise einritzen (nicht drücken). Die Backbleche nacheinander (bei Heißluft 2 Backbleche zusammen) in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** etwa 15 Minuten je Backblech.

**6.** Nach etwa 10 Minuten Backzeit die Temperatur auf **Ober-/Unterhitze: etwa 160 °C, Heißluft: etwa 140 °C** herunterschalten und die Taler in **etwa 10 Minuten** fertig backen.

**7.** Wenn die Backbleche nacheinander in den Backofen geschoben werden, müssen die Teigtaler bis zum Backen zugedeckt werden.

**8.** Die Taler vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



# Hausgemachtes Knäckebrot (Foto rechts)

*Gut vorzubereiten*

**16–18 Stück**

**Zubereitungszeit: 45 Minuten, ohne Kühlzeit**
**Backzeit: etwa 20 Minuten je Backblech**

**Insgesamt: E: 52 g, F: 50 g, Kh: 306 g, kJ: 7951, kcal: 1899, BE: 25,5**

***Tipp:***
*Das Knäckebrot muss nur trocknen und sollte nicht braun werden.*

***Zutaten***

***Für den Teig:***

| | |
|---|---|
| 350 g | Weizenmehl (Type 1050) |
| 100 g | Weizenschrot |
| 3 gestr. TL | Meersalz |
| 40 g | Butterflöckchen |
| 250 ml (¼ l) | kochendes Wasser |

***Nach Belieben zum Bestreuen:***
Kürbiskerne
Sonnenblumenkerne
Sesamsamen
Mohnsamen
Leinsamen
Kümmelsamen

**1.** Für den Teig Weizenmehl, Weizenschrot und Salz in einer Rührschüssel mischen. Butterflöckchen hinzufügen.

**2.** Nach und nach Wasser hinzufügen und die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken verkneten, bis ein fester Teig entstanden ist. Den Teig zugedeckt kalt stellen. Zwei Backbleche in den Ecken und der Mitte einfetten.

**3.** Den Backofen vorheizen. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche kräftig durchkneten und in 16–18 Portionen teilen. Die Teigportionen jeweils dünn ausrollen und auf die Backbleche legen.

**4.** Die Teigscheiben mit etwas Wasser bestreichen. Nach Belieben mit Kernen und Samen bestreuen. Die Backbleche nacheinander (bei Heißluft zusammen) in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** 160–180 °C
**Heißluft:** 140–160 °C
**Backzeit:** etwa 20 Minuten je Backblech.

**5.** Das Knäckebrot vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

# Einfache Brotfladen (Foto Seite 45 hinten)

*Preiswert*

**8 Fladen (je etwa 90 g)**

**Zubereitungszeit: 35 Minuten, ohne Teiggehzeit**
**Backzeit: 15–20 Minuten**

**Insgesamt: E: 85 g, F: 146 g, Kh: 390 g, kJ: 13585, kcal: 3248, BE: 32,5**

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 500 g | Weizenmehl |
| 30 g | frische Hefe |
| 1 Prise | Zucker |
| 125 ml (⅛ l) | lauwarme Milch |
| 100 g | zerlassene, abgekühlte Butter |
| 2 | Eier (Größe M) |
| 1 geh. TL | Salz |
| 2–3 EL | Olivenöl |

***Zum Bestäuben:***
etwas Weizenmehl

**1.** Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben. In die Mitte eine Vertiefung drücken, die Hefe hineinbröckeln. Zucker und etwas Milch hinzufügen, mit einem kleinen Teil des Mehls mit einer Gabel vorsichtig verrühren, 10–15 Minuten gehen lassen.

**2.** Butter, Eier, Salz und Olivenöl hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). 2 Backbleche in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**3.** Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche gut durchkneten und nochmals zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten).

*(Fortsetzung auf Seite 48)*



*Flache Brote*

***Zum Bestreichen und Bestreuen:***

| | |
|---|---|
| 2 | Eigelb |
| 4 EL | Wasser |
| 1 EL | Kümmelsamen |
| 1 EL | grobes Salz |
| 1 EL | Koriandersamen |

**4.** Aus dem Teig kleine Kugeln formen und jeweils auf der bemehlten Arbeitsfläche zu Fladen ausrollen. Teigfladen auf die Backbleche legen. Den Backofen vorheizen.

**5.** Zum Bestreichen und Bestreuen Eigelb mit Wasser verschlagen. Die Teigfladen damit bestreichen. Mit Kümmel, Salz und Koriander bestreuen. Die Teigfladen zugedeckt nochmals etwa 10 Minuten gehen lassen. Die Backbleche nacheinander (bei Heißluft zusammen) in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 180 °C
**Heißluft:** etwa 160 °C
**Backzeit:** 15–20 Minuten.

**6.** Die Brotfladen vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen. Lauwarm oder kalt servieren.

# Milchknäcke

*Einfach*

24 Fladen

Zubereitungszeit: 60 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: 10–15 Minuten je Backblech

Insgesamt: E: 66 g, F: 55 g, Kh: 373 g, kJ: 9612, kcal: 2296, BE: 31

***Tipp:***
*Das Milchknäcke sollte nach dem Backen trocken und knusprig sein. Milchknäcke in einer gut schließenden Dose aufbewahren. Milchknäcke mit Frischkäse bestreichen und mit Schnittlauchröllchen bestreuen.*

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 450 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 2 gestr. TL | Salz |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 1 gestr. TL | Dr. Oetker Backin |
| 200 ml | Milch |
| 100 ml | Buttermilch |
| 50 g | weiche Butter |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

***Zum Bestreichen und Bestreuen:***

| | |
|---|---|
| etwas | Wasser |
| 25 g | Weizenkleie (erhältlich im Reformhaus) |

**1.** Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben, mit Salz, Trockenbackhefe und Backpulver sorgfältig vermischen. Milch, Buttermilch und Butter hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten.

**2.** Teig mit Mehl bestäuben, zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Minuten). 4 Backbleche in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**3.** Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und zu einer Rolle formen. Teigrolle in 24 Portionen teilen.

**4.** Die Teigportionen jeweils zu einer Kugel formen, dann auf der bemehlten Arbeitsfläche mit der Teigrolle zu einem ovalen Fladen (etwa 7 x 20 cm) ausrollen. Die Teigfladen auf den Backblechen verteilen, dünn mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 30 Minuten). Nach etwa 15 Minuten Teiggehzeit den Backofen vorheizen.

**5.** Die Teigfladen kurz vor dem Backen dünn mit Wasser bestreichen und sofort mit Kleie bestreuen. Dann mit einem Fleischklopfer ein tiefes Muster in die Fladen drücken oder die Fladen mit einer Gabel mehrfach einstechen.

**6.** Die Backbleche nacheinander (bei Heißluft 2 Backbleche zusammen) in den Backofen schieben. Die übrigen Teigfladen bis zum Backen mit einem Geschirrtuch zudecken.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 220 °C
**Heißluft:** etwa 200 °C
**Backzeit:** 10–15 Minuten je Backblech.

**7.** Die Fladen vom Backpapier nehmen und auf Kuchenrosten erkalten lassen.



12 Brote (je etwa 60 g)

Zubereitungszeit: 40 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: etwa 12 Minuten je Backblech

Insgesamt: E: 56 g, F: 60 g, Kh: 381 g, kJ: 9685, kcal: 2316, BE: 32

***Tipp:***
*Pizzabrote auf Vorrat backen und einzeln einfrieren. Gut angetaut bei Ober-/Unterhitze: etwa 200 °C oder Heißluft: etwa 180 °C etwa 8 Minuten aufbacken. Sie schmecken wie frisch.*
*Pizzabrote mit gefüllten Oliven, Weinbergblättern und Tomaten servieren.*

# Pizzabrot (Foccacia)

## *Für Gäste*

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 500 g | Weizenmehl |
| ½ Pck. (21 g) | frische Hefe |
| 1 gestr. TL | Zucker |
| 250 ml (¼ l) | lauwarmes Wasser |
| 1 gestr. TL | Salz |
| 30 g | Butter oder Margarine |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

***Zum Bestreichen:***

| | |
|---|---|
| 3 EL | Olivenöl |

***Zum Bestreuen:***

| | |
|---|---|
| | gerebelter Oregano |
| | getrockneter Thymian |

1. Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben. In die Mitte eine Vertiefung drücken. Hefe hineinbröckeln, Zucker und etwas Wasser hinzufügen. Mit einem kleinen Teil des Mehls mit einer Gabel vorsichtig verrühren und etwa 10 Minuten gehen lassen.

2. Salz, Butter oder Margarine und restliches Wasser hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). 2 Backbleche in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

3. Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und in 12 Portionen teilen. Die Teigportionen jeweils zu ovalen Fladen ausrollen. Den Backofen vorheizen.

4. Die Teigfladen auf die Backbleche legen. Mit einem Löffelstiel Vertiefungen in die Fladen drücken, mit Olivenöl bestreichen und mit den getrockneten Kräutern bestreuen.

5. Teigfladen nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 20 Minuten).

6. Die Backbleche nacheinander (bei Heißluft zusammen) in den Backofen schieben. Die Pizzabrote goldbraun backen.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 220 °C
**Heißluft:** etwa 200 °C
**Backzeit:** etwa 12 Minuten je Backblech.

7. Die Pizzabrote vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



# Vollkornfladen mit Flocken und Leinsamen

*Raffiniert*

**8 kleine Fladen (je etwa 90 g)**

**Zubereitungszeit: 45 Minuten, ohne Quell-, Abkühl- und Teiggehzeit**
**Backzeit: 25–35 Minuten**

**Insgesamt: E: 98 g, F: 34 g, Kh: 395 g, kJ: 9597, kcal: 2284, BE: 32,5**

### Zutaten

**Zum Vorbereiten:**

| | |
|---|---|
| 150 g | 4-Korn-Flocken (z. B. Hafer, Gerste, Roggen, Dinkel) |
| 350 ml | kochendes Wasser |
| 30 g | Leinsamen |

**Für den Hefeteig:**

| | |
|---|---|
| 350 g | Dinkel-Vollkornmehl |
| 2 gestr. TL | Salz |
| 2 gestr. TL | gemahlener Koriander |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 30 g | dunkler Zuckerrübensirup |

**Zum Bestäuben:**

| | |
|---|---|
| etwas | Dinkel-Vollkornmehl |

**Zum Bestreichen:**

| | |
|---|---|
| 1 | Eiweiß |
| etwas | Wasser |
| 1 Prise | Salz |

**Zum Bestreuen:**

| | |
|---|---|
| 2 EL | Leinsamen |
| 2 EL | 4-Korn-Flocken |

**1.** Zum Vorbereiten Flocken in eine Schüssel geben, mit kochendem Wasser übergießen, quellen und leicht abkühlen lassen. Leinsamen eventuell im Zerkleinerer fein hacken.

**2.** Für den Teig Vollkornmehl, Salz, Koriander, Leinsamen und Trockenbackhefe in einer Rührschüssel sorgfältig vermischen. Sirup und lauwarme Flocken mit der Flüssigkeit hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten.

**3.** Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Minuten). Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**4.** Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und zu einer Rolle formen. Die Teigrolle in 8 gleich große Portionen teilen. Die Teigportionen jeweils zu Rollen (etwa 15 cm Länge) formen. Die Teigrollen mit den Händen flach drücken, so dass sie jeweils etwa 6 cm breit sind.

**5.** Den Backofen vorheizen. Die Teigfladen auf das Backblech legen und nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 20 Minuten).

**6.** Die Teigfladen mit einem scharfen Messer in der Mitte quer einschneiden (nicht drücken).

**7.** Zum Bestreichen Eiweiß mit Wasser und Salz verschlagen, die Teigfladen damit bestreichen. Jeweils eine Hälfte der Teigfladen mit Flocken und die andere Hälfte mit Leinsamen bestreuen. Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** 25–35 Minuten.

**8.** Die Fladen vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



1 Brot (etwa 1100 g)

Zubereitungszeit: 30 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: etwa 15 Minuten

Insgesamt: E: 109 g, F: 99 g, Kh: 565 g, kJ: 15378, kcal: 3676, BE: 47

**Tipp:**
*Sie können das Fladenbrot auch einfrieren. Das aufgetaute Brot dann 10 Minuten im vorgeheizten Backofen bei Ober-/Unterhitze: etwa 220 °C, Heißluft: etwa 200 °C aufbacken.*

# Fladenbrot

## *Preiswert*

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 150 g | Vollmilchjoghurt |
| 200 ml | Milch |
| 450 g | Weizenmehl (Type 405) |
| 300 g | Weizenmehl (Type 1050) |
| 3 gestr. TL | Dr. Oetker Backin |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 1 gestr. TL | Salz |
| 1 gestr. TL | Zucker |
| 50 g | weiche Butter |
| 2 | Eier (Größe M) |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

***Zum Bestreichen und nach Belieben zum Bestreuen:***

| | |
|---|---|
| 1–2 EL | Butter |
| | Sesamsamen |
| | Koriandersamen |
| | Mohnsamen |
| | Kümmelsamen |

**1.** Für den Teig Joghurt und Milch erwärmen. Beide Mehlsorten in einer Rührschüssel mit Backpulver, Trockenbackhefe, Salz und Zucker sorgfältig vermischen. Butter, Eier und die lauwarme Joghurt-Milch-Flüssigkeit hinzufügen.

**2.** Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**3.** Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten. Den Teig zu einem ovalen Fladen (etwa 25 x 30 cm, 2 cm dick) ausrollen.

**4.** Den Teigfladen auf das Backblech legen und mit einer Gabel mehrfach einstechen. Den Backofen vorheizen.

**5.** Zum Bestreichen und Bestreuen Butter zerlassen. Den Fladen damit bestreichen und nach Belieben mit Sesam, Koriander, Mohn und Kümmel bestreuen. Den Teigfladen nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 20 Minuten). Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 220 °C
**Heißluft:** etwa 200 °C
**Backzeit:** etwa 15 Minuten.

**6.** Das Fladenbrot vom Backpapier nehmen und auf einen Kuchenrost legen. Fladenbrot erkalten lassen oder noch warm servieren.



# Fladenbrot mit Gerste

## Für Gäste – gut vorzubereiten

2 Brote (je etwa 400 g)

Zubereitungszeit: 40 Minuten, ohne Abkühl- und Teiggehzeit
Backzeit: etwa 25 Minuten je Backblech

Insgesamt: E: 61 g, F: 55 g, Kh: 289 g, kJ: 7999, kcal: 1913, BE: 23,5

***Tipp:***
*Anstelle von Gerstenflocken können Sie auch gemischte Flocken, z. B. 4- oder 5-Korn-Flocken verwenden. Vollkornflocken bekommen Sie in Reformhäusern, Bio-Läden oder den Bio-Abteilungen der Kaufhäuser.*

***Zutaten***

***Zum Vorbereiten:***

| | |
|---|---|
| 200 g | Gersten-Vollkornflocken |
| 250 ml (1/4 l) | kochendes Wasser |

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 200 g | Dinkel-Vollkornmehl |
| 2 gestr. TL | Salz |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 120 g | Dickmilch (3,5 % Fett) |
| 50 g | weiche Butter |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Dinkel-Vollkornmehl |

1. Zum Vorbereiten Gerstenflocken in 2 Portionen im Zerkleinerer so lange hacken, bis ein feines Mehl entstanden ist. Gerstenmehl in eine Schüssel geben. Kochendes Wasser hinzugießen und mit Handrührgerät mit Knethaken etwa 2 Minuten gut durcharbeiten. Den Gerstenkloß lauwarm abkühlen lassen.

2. Für den Teig Vollkornmehl mit Salz und Trockenbackhefe in einer Rührschüssel sorgfältig vermischen. Den lauwarmen Gerstenkloß in kleine Stücke teilen und untermengen. Dickmilch und Butter hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten.

3. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 50 Minuten). 2 Backbleche in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

4. Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten. Den Teig halbieren. Die Teighälften jeweils zu einem ovalen Fladen (etwa 15 x 20 cm) formen und auf die Backbleche legen.

5. Die Teigfladen mit Mehl bestäuben und nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 30 Minuten). Nach etwa 15 Minuten Teiggehzeit den Backofen vorheizen.

6. Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 220 °C
**Heißluft:** etwa 200 °C
**Backzeit:** etwa 25 Minuten je Backblech.

7. Die Fladenbrote vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



2 Brote (je etwa 200 g)

Zubereitungszeit: 25 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: 15–20 Minuten je Backblech

Insgesamt: E: 31 g, F: 71 g, Kh: 205 g, kJ: 6661, kcal: 1590, BE: 17

***Tipp:***
*Statt der Kräuter 2 Esslöffel gehackte grüne oder schwarze Oliven unter den Teig kneten. Das Fladenbrot schmeckt frisch am besten.*

# Fladenbrot mit Kräutern

## *Gefriergeeignet*

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 250 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 1 TL | flüssiger Honig |
| 1 gestr. TL | Salz |
| 1–2 TL | Kräuter der Provence |
| 6 EL | Speiseöl |
| 125 ml (1/8 l) | lauwarmes Wasser |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

***Zum Bestreichen:***

| | |
|---|---|
| 2 TL | Olivenöl |

**1.** Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben und mit der Trockenbackhefe sorgfältig vermischen. Honig, Salz, Kräuter, Speiseöl und Wasser hinzufügen.

**2.** Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten.

**3.** Den Teig leicht mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 15 Minuten). Zwei Backbleche in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**4.** Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und zu 2 ovalen Fladen (etwa 25 x 15 cm) ausrollen. Den Backofen vorheizen.

**5.** Die Teigfladen auf die Backbleche legen und nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 15 Minuten).

**6.** Mit den Fingern Vertiefungen in die Teigoberflächen drücken, den Teig mit Olivenöl bestreichen. Die Backbleche nacheinander (bei Heißluft zusammen) in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** 200–220 °C
**Heißluft:** 180–200 °C
**Backzeit:** 15–20 Minuten je Backblech.

**7.** Die Fladenbrote vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



2 Brote (je etwa 350 g)

Zubereitungszeit: 30 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: 15–20 Minuten je Backblech

Insgesamt: E: 57 g, F: 56 g, Kh: 384 g, kJ: 9578, kcal: 2286, BE: 32

# Fougasse mit Kräutern

*Gefriergeeignet*

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 500 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 2 gestr. TL | Salz |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 2 TL | Kräuter der Provence |
| 300 ml | lauwarmes Wasser |
| 5 EL | Olivenöl |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

***Zum Bestreichen:***

| | |
|---|---|
| etwas | Wasser |

**1.** Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben. Mit Salz, Trockenbackhefe und Kräutern der Provence sorgfältig vermischen. Wasser und Olivenöl hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten.

**2.** Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Minuten). Zwei Backbleche in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**3.** Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten. Den Teig halbieren. Die Teighälften jeweils zu einem blattförmigen, ovalen Fladen (etwa 30 x 20 cm) formen und auf die Backbleche legen.

**4.** Die Fladen dünn mit Wasser bestreichen, mit Mehl bestäuben und nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 30 Minuten). Nach etwa 15 Minuten Teiggehzeit den Backofen vorheizen.

**5.** Die Teigfladen jeweils auf der rechten und linken Teighälfte 4-mal schräg bis auf das Backpapier einschneiden (je 5–7 cm lang – nicht drücken). Die Einschnitte mit den Fingern etwas auseinanderziehen. Die Einschnitte sollen die Adern des Blattes darstellen. Die Backbleche nacheinander (bei Heißluft zusammen) in den Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 220 °C
**Heißluft:** etwa 200 °C
**Backzeit:** 15–20 Minuten je Backblech.

**6.** Die Brote vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



# Französisches Löcherbrot

*Raffiniert*

4 Brote (je etwa 180 g)

Zubereitungszeit: 25 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: 20–25 Minuten je Backblech

Insgesamt: E: 82 g, F: 86 g, Kh: 442 g, kJ: 12082, kcal: 2888, BE: 35,5

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 500 g | Weizenmehl |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 125 ml (1/8 l) | lauwarmes Wasser |
| 2 EL | Orangensaft |
| 50 g | gesiebter Puderzucker |
| 2 | Eier (Größe M) |
| 1 Prise | Salz |
| 4 EL (etwa 50 ml) | Olivenöl |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

***Zum Bestreichen und Bestreuen:***

| | |
|---|---|
| 2 | Eigelb |
| 2 EL | Milch |
| 2 EL | Fenchelsamen |

1. Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben und mit der Trockenbackhefe sorgfältig vermischen. Wasser, Orangensaft, Puderzucker, Eier, Salz und Olivenöl hinzugeben.

2. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). 2 Backbleche in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

3. Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und in vier Portionen teilen. Die Teigportionen jeweils zu einem etwa 2 cm dicken Fladen ausrollen, mehrere Male mit einem scharfen Messer kreuzweise einschneiden (nicht drücken) und die Schnittstellen vorsichtig auseinanderziehen. Den Backofen vorheizen.

4. Teigfladen nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 20 Minuten).

5. Zum Bestreichen und Bestreuen Eigelb mit Milch verschlagen, die Teigfladen damit bestreichen, mit Fenchelsamen bestreuen und auf die Backbleche legen. Die Backbleche nacheinander (bei Heißluft zusammen) in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** 20–25 Minuten je Backblech.

6. Das Löcherbrot vom Backpapier nehmen und auf Kuchenrosten erkalten lassen.



# Naan-Brote

*Raffiniert*

**6 Brote (je etwa 110 g)**

**Zubereitungszeit: 45 Minuten, ohne Teiggehzeit**
**Backzeit: 10–15 Minuten je Backblech**

**Insgesamt: E: 57 g, F: 30 g, Kh: 357 g, kJ: 8277, kcal: 1979, BE: 29,5**

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 450 g | Weizenmehl |
| 1 gestr. TL | Salz |
| ½ TL | Dr. Oetker Backin |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 150 g | Vollmilchjoghurt |
| 125 ml (⅛ l) | lauwarmes Wasser |
| 3 EL | Milch |
| 2 EL | Speiseöl |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

**1.** Für den Teig Mehl mit Salz, Backpulver und Trockenbackhefe in einer Rührschüssel sorgfältig vermischen. Joghurt, Wasser, Milch und Speiseöl hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten.

**2.** Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 1 Stunde). 2 Backbleche in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**3.** Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und zu einer Rolle formen. Teigrolle in 6 gleich große Portionen teilen.

**4.** Die Teigportionen jeweils mit den Händen zu runden, unregelmäßigen Fladen (Ø 12–14 cm) ausziehen und mit der Teigrolle glattrollen. Die Teigfladen auf den Backblechen verteilen, mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 40 Minuten). Nach etwa 25 Minuten Teiggehzeit den Backofen vorheizen.

**5.** Die Backbleche nacheinander (bei Heißluft zusammen) in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 220 °C
**Heißluft:** etwa 200 °C
**Backzeit:** 10–15 Minuten je Backblech.

**6.** Die Brote vom Backpapier lösen und heiß servieren oder auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

***Tipp:***
*Naan-Brot stammt aus Indien. Es wird als Beilage zu Fleisch- oder Gemüsegerichten gereicht.*



# Pitabrot

## *Für Gäste*

**6 Brote (je etwa 100 g)**

**Zubereitungszeit: 25 Minuten, ohne Teiggehzeit**
**Backzeit: etwa 15 Minuten je Backblech**

**Insgesamt: E: 52 g, F: 90 g, Kh: 323 g, kJ: 9697, kcal: 2318, BE: 27**

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 400 g | Weizenmehl |
| 1 Pck. (42 g) | frische Hefe |
| 1 EL | flüssiger Honig |
| 250 ml (1/4 l) | lauwarmes Wasser |
| 8 EL | Olivenöl |
| 2 gestr. TL | Meersalz |
| 2 TL | ungeschälte Sesamsamen |
| 1 TL | Kreuzkümmel |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

**1.** Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben. In die Mitte eine Vertiefung drücken und die Hefe hineinbröckeln. Honig und Wasser hinzufügen, mit einem Teil des Mehls mit einer Gabel vorsichtig verrühren und etwa 10 Minuten gehen lassen.

**2.** Olivenöl und Salz hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). 2 Backbleche in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**3.** Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals gut durchkneten.

**4.** Den Teig in 6 Portionen teilen. Die Teigportionen jeweils zwischen den bemehlten Handflächen zu flachen, runden Fladen (Ø etwa 15 cm) formen.

**5.** Die Teigfladen auf die Backbleche legen, mit Wasser besprühen oder bestreichen und mit Sesam oder Kümmel bestreuen. Mit einem Holzstäbchen oder einer Gabel mehrere Löcher in die Teigfladen stechen.

**6.** Den Backofen vorheizen. Die Teigfladen nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 20 Minuten).

**7.** Die Backbleche nacheinander (bei Heißluft zusammen) in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 220 °C
**Heißluft:** etwa 200 °C
**Backzeit:** etwa 15 Minuten je Backblech.

**8.** Die Pitabrote im ausgeschalteten Backofen noch etwa 5 Minuten ruhen lassen. Dann die Pitabrote vom Backpapier lösen und warm oder kalt servieren.

***Tipp:***
*Die Pitabrote lassen sich besser aufschneiden, wenn sie vorher noch einmal kurz erwärmt werden. Mit Salat, Käse oder Fleisch gefüllt, sind sie eine leckere kleine Mahlzeit.*



*Flache Brote*

2 Brote (je etwa 450 g)

Zubereitungszeit: 45 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: etwa 20 Minuten je Backblech

Insgesamt: E: 83 g, F: 17 g, Kh: 389 g, kJ: 8640, kcal: 2064, BE: 32,5

# Gewürz-Fladenbrot

*Gut vorzubereiten*

**Zutaten**

**Für den Hefeteig:**

| | |
|---|---|
| 450 g | Vollkorn-Weizenmehl |
| 150 g | Roggenschrot |
| 1 Pck. (42 g) | frische Hefe |
| 1 TL | Zucker |
| 150 ml | lauwarme Buttermilch |
| 200 ml | lauwarmes Wasser |
| 1 gestr. TL | Salz |
| je ½ gestr. TL | geriebene Muskatnuss und gemahlene Nelken |
| 2 gestr. TL | gemahlener Koriander |

**Zum Bestäuben:**

| | |
|---|---|
| etwas | Vollkorn-Weizenmehl |

**1.** Für den Teig Mehl und Roggenschrot in eine Rührschüssel geben. In die Mitte eine Vertiefung drücken und die Hefe hineinbröckeln. Zucker und etwas Buttermilch hinzufügen, mit einem kleinen Teil des Mehls mit einer Gabel vorsichtig verrühren und 5–10 Minuten gehen lassen.

**2.** Restliche Zutaten hinzufügen, mit Handrührgerät mit Knethaken auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Teig mit Vollkorn-Weizenmehl bestäuben, zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). Zwei Backbleche in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**3.** Den gegangenen Teig mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals gut durchkneten. Teig halbieren, je zu einer Kugel formen. Teigkugeln jeweils zu einer runden Platte (Ø etwa 20 cm) ausrollen und auf die Backbleche legen. Die Teigplatten mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden (nicht drücken).

**4.** Den Backofen vorheizen. Die Teigplatten nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 20 Minuten). Die Backbleche nacheinander (bei Heißluft zusammen) in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** etwa 20 Minuten je Backblech.

**5.** Die Fladenbrote vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

*Brötchen*

16 Brötchen

Zubereitungszeit: 40 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: 30–35 Minuten

Insgesamt: E: 148 g, F: 63 g, Kh: 680 g, kJ: 16482, kcal: 3933, BE: 56

# Buttermilchbrötchen (Foto Seite 71 hinten)

*Vollwert*

**Zutaten**

**Für den Hefeteig:**

| | |
|---|---|
| 250 g | Vollkorn-Weizenmehl |
| 250 g | grob gemahlener Weizen |
| 250 g | mittelfein gemahlene Gerste |

**1.** Für den Teig Mehl, Weizenmehl, Weizen und Gerste in eine Rührschüssel geben, mit Honig und Trockenbackhefe sorgfältig vermischen. Sauerteig, Meersalz, Eier, Speiseöl und Buttermilch hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Hirse und Roggenmehl unterkneten.

**2.** Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen,

(Fortsetzung auf Seite 70)



| | |
|---|---|
| 2 EL | flüssiger Honig |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 150 g | Natursauerteig (Reformhaus) |
| 1 gestr. TL | Meersalz |
| 3 | Eier (Größe M) |
| 2 EL | Speiseöl |
| 500 ml (½ l) | lauwarme Buttermilch |
| 4 EL | fein gemahlene Hirse |
| 4 EL | Roggenmehl (Type 1150) |

***Zum Bestäuben und Bestreichen:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |
| 2 | Eigelb |
| 1 EL | Wasser |

bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**3.** Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals gut durchkneten. Aus dem Teig 16 runde Brötchen formen und auf das Backblech legen. Den Backofen vorheizen.

**4.** Die Teigbrötchen nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 20 Minuten).

**5.** Zum Bestreichen Eigelb mit Wasser verschlagen, die Brötchen damit bestreichen. Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** 30–35 Minuten.

**6.** Die Brötchen vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

# Hafer-Weizen-Brötchen (Foto vorne und Mitte

*Dauert länger*

**20 Brötchen**

**Zubereitungszeit:**
**45 Minuten, ohne Röst-, Abkühl- und Teiggehzeit**
**Backzeit: Mohn-Sesam-Brötchen 30–35 Minuten**
**Backzeit: Früchtebrötchen 35–40 Minuten**

**Insgesamt: E: 95 g, F: 73 g, Kh: 529 g, kJ: 13433, kcal: 3208, BE: 43,5**

***Zutaten***

***Zum Vorbereiten:***

| | |
|---|---|
| 175 g | Hafer |
| ½ TL | Anissamen |
| 1 gestr. TL | Koriandersamen |

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 350 g | Weizenkörner, fein gemahlen |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 1 gestr. TL | Meersalz |
| 1 TL | flüssiger Honig |
| 375 ml (⅜ l) | lauwarmes Wasser |
| 250 g | gewürfelte Trockenfrüchte (z. B. Pflaumen, Aprikosen, Birnen, Apfelringe, Korinthen, Weinbeeren) |

**1.** Den Backofen vorheizen. Hafer mit Anis- und Koriandersamen mischen, auf einem Backblech verteilen. Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben, die Mischung rösten.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 100 °C
**Heißluft:** etwa 80 °C
**Röstzeit:** etwa 45 Minuten.

**2.** Samenmischung während des Röstens ab und zu wenden. Anschließend vom Backblech nehmen und abkühlen lassen.

**3.** Für den Teig gemahlene Weizenkörner in eine Rührschüssel geben, mit Trockenbackhefe sorgfältig vermischen. Salz, Honig und Wasser hinzufügen, mit Handrührgerät mit Knethaken auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Geröstete Samenmischung unterkneten.

**4.** Teig halbieren. Unter eine Teighälfte die gewürfelten Trockenfrüchte, Nusskerne und Wasser kneten. Beide Teige mit Mehl bestäuben, zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 30 Minuten). Zwei Backbleche in den Ecken und der Mitte einfetten.

**5.** Beide Teige leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, getrennt auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals gut durchkneten. Aus dem Früchteteig 12 Brötchen, aus dem restlichen Teig 8 Brötchen formen. Teigbrötchen mit der Oberfläche in Wasser tauchen.

*(Fortsetzung auf Seite 72)*



| | |
|---|---|
| 50 g | gehackte Walnuss- oder Haselnusskerne |
| 2 EL | Wasser |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |
| | kernige, grobe Haferflocken |
| | Mohnsamen |
| | geschälte Sesamsamen |

**6.** Früchtebrötchen mit der Oberfläche in Haferflocken drücken, auf ein Backblech legen.

**7.** Mohn- und Sesamsamen mischen. Oberfläche der restlichen Brötchen mit der Mohn-Sesam-Mischung bestreuen, auf das zweite Backblech legen. Backofen wieder vorheizen. Teigbrötchen nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 20 Minuten).

**8.** Die Teigbrötchen auf der Oberfläche längs einschneiden und mit Wasser bestreichen. Die Backbleche nacheinander (bei Heißluft zusammen) in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** Mohn-Sesam-Brötchen 30–35 Minuten.
**Backzeit:** Früchtebrötchen 35–40 Minuten.

**9.** Die Brötchen vom Backpapier nehmen und auf Kuchenrosten erkalten lassen.

# Frühstücksbrötchen

*Preiswert*

**8–10 Brötchen**

**Zubereitungszeit: 30 Minuten, ohne Teiggehzeit**
**Backzeit: etwa 40 Minuten**

**Insgesamt: E: 62 g, F: 70 g, Kh: 380 g, kJ: 10160, kcal: 2430, BE: 31,5**

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 500 g | Weizenmehl |
| 1 Pck. (42 g) | frische Hefe |
| 1 TL | Zucker |
| 300 ml | lauwarme Flüssigkeit (halb Milch, halb Wasser) |
| 2 gestr. TL | Salz |
| 6 EL | Speiseöl |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

***Außerdem:***

| | |
|---|---|
| 2 | Bratbeutel |

**1.** Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben. In die Mitte eine Vertiefung drücken und die Hefe hineinbröckeln. Zucker und etwas von der Flüssigkeit hinzufügen, mit einem kleinen Teil des Mehls mit einer Gabel vorsichtig verrühren und 10–15 Minuten gehen lassen.

**2.** Salz und Speiseöl hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben, zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten).

**3.** Den gegangenen Teig mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals gut durchkneten. 8–10 Brötchen daraus formen. Brötchenoberfläche mit einem scharfen Messer kreuzweise einschneiden (nicht drücken). Jeweils 4–5 Brötchen in einen Bratbeutel legen und verschließen (nicht einstechen).

**4.** Den Backofen vorheizen. Die Teigbrötchen nochmals an einem warmen Ort etwa 20 Minuten gehen lassen. Die Bratbeutel auf dem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** etwa 40 Minuten.

**5.** Beutel aufschneiden. Brötchen herausnehmen, auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



10 Brötchen

Zubereitungszeit: 30 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: etwa 25 Minuten

Insgesamt: E: 61 g, F: 83 g, Kh: 389 g, kJ: 10805, kcal: 2585, BE: 31

**Tipp:**
*Die Brötchen vor dem Backen mit Hagelzucker und Anis- oder Fenchelsamen bestreuen.*

# Franzbrötchen mit Trockenfrüchten

## *Für Kinder – gut vorzubereiten*

**Zutaten**

**Für den Hefeteig:**

| | |
|---|---|
| 250 g | Weizenmehl |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 25 g | Zucker |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Vanillin-Zucker |
| 1 Prise | Salz |
| 1 | Ei (Größe M) |
| 125 ml (1/8 l) | lauwarme Milch oder 1 Becher (150 g) Crème fraîche |

**Zum Bestäuben:**

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

**Für den Knetteig:**

| | |
|---|---|
| 100 g | Weizenmehl |
| 25 g | Zucker |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Vanillin-Zucker |
| 1 Prise | Salz |
| 50 g | Butter oder Margarine |

**Zum Bestreichen und Bestreuen:**

| | |
|---|---|
| 1 | verschlagenes Eiweiß |
| 2 EL | gehackte, getrocknete Aprikosen |
| 2 EL | gehackte, getrocknete Datteln |
| 1 EL | Zitronat (Sukkade), sehr fein gehackt |
| 1 | Eigelb |
| 1–2 EL | Wasser |

**1.** Für den Hefeteig Mehl mit Trockenbackhefe sorgfältig vermischen. Zucker, Vanillin-Zucker, Salz, Ei und Milch oder Crème fraîche hinzufügen.

**2.** Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten).

**3.** Für den Knetteig Mehl in eine Rührschüssel sieben. Zucker, Vanillin-Zucker, Salz und Butter oder Margarine hinzufügen.

**4.** Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe gut durcharbeiten. Anschließend auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem glatten Teig verkneten. Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**5.** Den gegangenen Hefeteig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf der bemehlten Arbeitsfläche mit dem Knetteig gut verkneten und zu einem Rechteck (etwa 20 x 40 cm) ausrollen. Den Teig mit dem verschlagenen Eiweiß bestreichen, mit Aprikosen-, Dattel- und Zitronatstückchen bestreuen. Den Teig von der längeren Seite her aufrollen und in etwa 4 cm breite Stücke schneiden.

**6.** Mit einem bemehlten Kochlöffelstiel die Stücke zwischen den Schnittkanten in der Mitte kräftig herunterdrücken, so dass sich die Seiten stark hochwölben.

**7.** Die Teigbrötchen auf das Backblech legen. Eigelb mit Wasser verschlagen. Die Teigbrötchen damit bestreichen. Den Backofen vorheizen.

**8.** Die Teigbrötchen zugedeckt nochmals so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 20 Minuten). Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** etwa 25 Minuten.

**9.** Die Brötchen vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



# Dunkle Vollkornbrötchen

## Vollwert

16 Brötchen

Zubereitungszeit:
60 Minuten, ohne Teiggeh- und Abkühlzeit
Backzeit: etwa 30 Minuten je Backblech

Insgesamt: E: 72 g, F: 13 g, Kh: 434 g, kJ: 9100, kcal: 2172, BE: 35,5



### Zutaten

**Zum Vorbereiten:**

| | |
|---|---|
| 150 g | Grünkern (erhältlich im Reformhaus) |
| 400 ml | kaltes Wasser |
| 1 gestr. TL | Salz |

**Für den Hefeteig:**

| | |
|---|---|
| 250 g | grobes Grahammehl (erhältlich im Reformhaus) |
| 1 Pck. (42 g) | frische Hefe |
| 1 TL | Zucker |
| 225 ml | lauwarmes Wasser |
| 200 g | Roggenmehl (Type 1150) |
| 1 gestr. TL | Salz |
| 1 TL | gemahlener Koriander |
| 1 EL | Zuckerrohrmelasse (erhältlich im Reformhaus) |

**Zum Bestäuben:**

| | |
|---|---|
| etwas | Roggenmehl |

1. Zum Vorbereiten Grünkern mit Wasser und Salz in einem Topf zum Kochen bringen. Grünkern zugedeckt etwa 30 Minuten bei schwacher Hitze kochen lassen. Anschließend den Deckel abnehmen und so lange weiterkochen lassen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Grünkern abkühlen lassen.

2. Für den Teig 1 Esslöffel des Grahammehls in eine Schüssel geben. Zerbröckelte Hefe, Zucker und etwas Wasser hinzufügen, gut verrühren und zugedeckt etwa 15 Minuten gehen lassen.

3. Restliches Grahammehl, Roggenmehl, Grünkern, Salz und Koriander in einer Rührschüssel mischen. Den gegangenen Vorteig, Melasse und restliches Wasser hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig leicht mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). Zwei Backbleche in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

4. Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und zu einer Rolle formen. Die Teigrolle in 16 Portionen teilen und längliche Brötchen daraus formen.

5. Die Teigbrötchen auf die Backbleche legen und nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 20 Minuten). Die Teigbrötchen an der Oberfläche mit einem scharfen Messer zweimal schräg einschneiden (nicht drücken), mit Wasser bestreichen und mit Mehl bestäuben. Die Backbleche nacheinander (bei Heißluft zusammen) in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** etwa 30 Minuten je Backblech.

6. Die Brötchen vom Backpapier nehmen und auf Kuchenrosten erkalten lassen.



8 Brötchen

Zubereitungszeit: 25 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: etwa 25 Minuten

Insgesamt: E: 59 g, F: 20 g, Kh: 375 g, kJ: 8147, kcal: 1945, BE: 31

# Baguettebrötchen

## Preiswert

*Zutaten*

*Für den Hefeteig:*

| | |
|---|---|
| 500 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 1 geh. TL | Salz |
| 1 EL | Speiseöl |
| 125 ml (⅛ l) | lauwarme Milch |
| 200 ml | lauwarmes Wasser |

*Zum Bestäuben:*

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

1. Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben, mit Trockenbackhefe sorgfältig vermischen. Salz, Speiseöl, Milch und Wasser hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

2. Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche nochmals gut durchkneten und in 8 Portionen teilen.

3. Die Teigportionen jeweils zu länglichen Rollen (12–13 cm) formen und auf das Backblech legen.

4. Den Backofen vorheizen. Die Teigrollen nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 20 Minuten).

5. Die Teigrollen auf der Oberfläche mit einem scharfen Messer mehrmals schräg einschneiden (nicht drücken) und mit Wasser bestreichen. Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 220 °C
**Heißluft:** etwa 200 °C
**Backzeit:** etwa 25 Minuten.

6. Die Baguettebrötchen vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



# Kräuterbrötchen

## Pikant

12 Brötchen

Zubereitungszeit: 35 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: etwa 25 Minuten

Insgesamt: E: 65 g, F: 44 g, Kh: 364 g, kJ: 8806, kcal: 2104, BE: 30



***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 250 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 250 g | Weizenmehl (Type 1050) |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 1 TL | Zucker |
| knapp | |
| 2 gestr. TL | Salz |
| | frisch gemahlener Pfeffer |
| 3 EL | Speiseöl |
| 300 ml | lauwarmes Wasser |
| 2 EL | gehackte Petersilie |
| 2 EL | fein geschnittener Schnittlauch |
| 1 EL | gehackter Dill |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

***Zum Bestreichen:***

| | |
|---|---|
| 1 | Eigelb |
| 1 EL | Wasser |

**1.** Für den Teig beide Mehlsorten in eine Rührschüssel geben, mit Trockenbackhefe sorgfältig vermischen. Zucker, Salz, Pfeffer, Speiseöl und Wasser hinzufügen.

**2.** Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Zuletzt Petersilie, Schnittlauch und Dill unterkneten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**3.** Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten. Aus dem Teig 12 Brötchen formen und auf das Backblech legen. Den Backofen vorheizen.

**4.** Die Teigbrötchen nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 20 Minuten).

**5.** Die Brötchenoberfläche kreuzweise mit einem scharfen Messer etwa 1 cm tief einschneiden (nicht drücken).

**6.** Zum Bestreichen Eigelb mit Wasser verschlagen, die Teigbrötchen damit bestreichen. Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** 180–200 °C
**Heißluft:** 160–180 °C
**Backzeit:** etwa 25 Minuten.

**7.** Die Brötchen vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



# Dinkel-Nuss-Brötchen (Foto vorn)

*Gut vorzubereiten*

16–20 Brötchen

Zubereitungszeit: 25 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: etwa 25 Minuten je Backblech

Insgesamt: E: 118 g, F: 200 g, Kh: 394 g, kJ:16222 , kcal: 3877, BE: 32,5

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 500 g | fein gemahlener Dinkel |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 30 g | brauner Zucker |
| 1 gestr. TL | Salz |
| 1 Prise | Kardamom |
| 1 Prise | gemahlener Zimt |
| 2 | Eier (Größe M) |
| 250 ml (¼ l) | lauwarme Milch |
| 75 g | zerlassene, abgekühlte Butter oder Margarine |
| 150 g | Haselnusskerne, grob gehackt |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

***Zum Bestreuen:***

| | |
|---|---|
| 25 g | gehackte Haselnusskerne |

**1.** Für den Teig Dinkel mit Trockenbackhefe sorgfältig vermischen. Restliche Zutaten (bis auf Haselnusskerne) hinzufügen, mit Handrührgerät mit Knethaken auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Haselnusskerne unterkneten.

**2.** Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). Zwei Backbleche in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**3.** Den gegangenen Teig mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche kurz durchkneten, halbieren. Die Teighälften in je 8–10 Portionen teilen, zu runden Brötchen formen.

**4.** Den Backofen vorheizen. Teigbrötchen auf die Backbleche legen und nochmals zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 25 Minuten).

**5.** Die Teigoberfläche jeweils schräg etwa 1 cm tief einschneiden (nicht drücken), mit Wasser bestreichen und mit Haselnusskernen bestreuen. Die Backbleche nacheinander (bei Heißluft zusammen) in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 180 °C
**Heißluft:** etwa 160 °C
**Backzeit:** etwa 25 Minuten je Backblech.

**6.** Die Brötchen vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

# Walnussbrötchen (Foto hinten)

*Gut vorzubereiten – für Gäste – gefriergeeign*

8–10 Brötchen

Zubereitungszeit: 25 Minuten, ohne Teiggehzeit
Backzeit: 20–25 Minuten

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 300 g | Vollkorn-Weizenmehl |

**1.** Für den Teig beide Mehlsorten in eine Schüssel geben. In die Mitte eine Vertiefung drücken. Hefe hineinbröckeln. Zucker und etwas Milch hinzufügen. Mit einem kleinen Teil des Mehls mit einer Gabel vorsichtig verrühren, 10 Minuten gehen lassen.

**2.** Salz, Sahne, Butter oder Margarine und restliche Milch hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit

*(Fortsetzung Seite 84)*



*Brötchen*

**Insgesamt: E: 93 g, F: 232 g, Kh: 372 g, kJ: 16699, kcal: 3990, BE: 31,5**

| | |
|---|---|
| 200 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 1 Pck. (42 g) | frische Hefe |
| 2 TL | Zucker |
| 200 ml | lauwarme Milch |
| 1 gestr. TL | Salz |
| 125 g | lauwarme Schlagsahne |
| 100 g | zerlassene, abgekühlte Butter oder Margarine |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |
| 150 g | grob gehackte Walnusskerne |

Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**3.** Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten. Walnusskerne unterkneten.

**4.** Den Teig zu einer Rolle formen und in 8–10 Stücke teilen. Die Teigstücke jeweils zu einem länglichen Brötchen formen und auf das Backblech legen.

**5.** Den Backofen vorheizen. Die Teigbrötchen zugedeckt nochmals so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben. Die Brötchen der Länge nach etwa 1 cm tief einschneiden (nicht drücken) und mit Wasser bestreichen. Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** 20–25 Minuten.

**6.** Die Brötchen vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

# Olivenbrötchen

## *Gut vorzubereiten*

**10 Brötchen**

**Zubereitungszeit: 35 Minuten, ohne Teiggehzeit**
**Backzeit: etwa 25 Minuten**

**Insgesamt: E: 72 g, F: 104 g, Kh: 398 g, kJ: 11866, kcal: 2837, BE: 33**

***Zutaten***

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 500 g | Weizenmehl |
| 1 Pck. | Dr. Oetker Trockenbackhefe |
| 1 TL | Zucker |
| 1 gestr. TL | Salz |
| 375 ml (3/8 l) | lauwarmes Wasser |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |
| 100 g | schwarze Oliven (trocken konserviert) |
| 100 g | Walnusskerne |

**1.** Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben, mit der Trockenbackhefe sorgfältig vermischen. Restliche Zutaten hinzufügen, mit Handrührgerät mit Knethaken auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt *so lange an einem warmen Ort* gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**2.** Oliven entkernen, vierteln. Walnusskerne grob hacken. Gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten, Olivenviertel und Walnusskernstücke unterkneten.

**3.** Teig zu einer Rolle formen, in 10 Portionen teilen. Jede Teigportion zu einem ovalen Brötchen formen, auf das Backblech legen. Teigbrötchen zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen, *bis sie sich sichtbar vergrö*ßert haben (etwa 20 Minuten). Teigbrötchen mit Wasser bestreichen. Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** etwa 25 Minuten.

**4.** Die Brötchen vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



# Apfel-Schmand-Brötchen (Foto vorn)

*Raffiniert*

12 Brötchen

Zubereitungszeit: 35 Minuten
Backzeit: 20–30 Minuten

Insgesamt: E: 46 g, F: 133 g, Kh: 272 g, kJ: 10438, kcal: 2493, BE: 21,5

**Zutaten**

**Für den Teig:**

| | |
|---|---|
| 250 g | säuerliche Äpfel |
| 1 EL | Zitronensaft |
| 300 g | Weizenmehl (Type 550) |
| ½ TL | Salz |
| 3 gestr. TL | Zucker |
| 3 gestr. TL | Dr. Oetker Backin |
| 200 g | Schmand (Sauerrahm) |
| 70 g | weiche Butter oder Margarine |
| | |
| 1 | Eigelb |
| 1 EL | Milch |
| 30 g | abgezogene, gestiftelte Mandeln |

1. Für den Teig Äpfel abwaschen, abtrocknen und rundherum, bis zum Kerngehäuse, etwa ½ cm dicke Scheiben abschneiden. Apfelscheiben in kleine Würfel schneiden und mit Zitronensaft mischen. Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

2. Mehl in eine Rührschüssel sieben. Mit Salz, Zucker und Backpulver mischen. Schmand, Butter oder Margarine und Apfelwürfel hinzufügen. Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Backofen vorheizen.

3. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und zu einer Rolle (etwa 36 cm Länge) formen. Teigrolle in 12 Scheiben schneiden und auf das Backblech legen.

4. Eigelb und Milch verschlagen. Die Teigscheiben damit bestreichen und mit Mandeln bestreuen. Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** 20–30 Minuten.

5. Die Brötchen vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

# Erdnuss-Käse-Brötchen (Foto hinten)

*Raffiniert*

12 Brötchen

Zubereitungszeit: 35 Minuten
Backzeit: etwa 30 Minuten

Insgesamt: E: 101 g, F: 148 g, Kh: 291 g, kJ: 12263, kcal: 2931, BE: 23

**Zutaten**

**Für den Knetteig:**

| | |
|---|---|
| 300 g | Weizenmehl |
| 50 g | Speisestärke |
| 4 gestr. TL | Dr. Oetker Backin |
| 1 gestr. TL | Salz |
| 150 g | Vollmilchjoghurt |
| 50 ml | Speiseöl |
| 2 | Eier (Größe M) |
| | |
| 4 | Frühlingszwiebeln |
| 100 g | gehackte Erdnusskerne (ungesalzen) |
| 100 g | geraspelter Käse |

1. Für den Teig Mehl mit Speisestärke, Backpulver und Salz mischen, in eine Rührschüssel sieben. Restliche Zutaten hinzufügen, mit Handrührgerät mit Knethaken auf höchster Stufe zu einem glatten Teig verarbeiten.

2. Frühlingszwiebeln putzen, waschen, trocken tupfen, in kleine Stücke schneiden, mit den Erdnusskernen und Käseraspeln unterkneten. Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

3. Den Teig zu einer Rolle formen, in 12 Portionen teilen, zu runden Brötchen formen, leicht flachdrücken, auf das Backblech legen, in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 180 °C
**Heißluft:** etwa 160 °C
**Backzeit:** etwa 30 Minuten.

4. Die Brötchen vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost abkühlen lassen, lauwarm oder kalt servieren.



# Rollenbrötchen

## Sehr aufwändig

8 Brötchen

Zubereitungszeit: 60 Minuten, ohne Teiggeh- und Kühlzeit
Backzeit: 25–30 Minuten

Insgesamt: E: 52 g, F: 216 g, Kh: 331 g, kJ: 14673, kcal: 3505, BE: 27,5

### Zutaten

**Für den Hefeteig:**

| | |
|---|---|
| 370 g | Weizenmehl (Type 550) |
| ½ Pck. (21 g) | frische Hefe |
| 1 TL | Zucker |
| 200 ml | lauwarmes Wasser |
| 1 gestr. TL | Salz |
| 50 g | weiche Butter oder Margarine |

**Zum Bestäuben:**

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |

**Für die Füllung:**

| | |
|---|---|
| 200 g | Butter |
| 50 g | gesiebtes Weizenmehl (Type 550) |
| 4 TL | Schwarzkümmel (erhältlich im Reformhaus) |
| 2 TL | Paprikapulver edelsüß |
| ½ TL | Rosenpaprika scharf |

1. Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben. In die Mitte eine Vertiefung drücken. Hefe hineinbröckeln, Zucker und etwas von dem Wasser hinzufügen. Mit einem kleinen Teil des Mehls mit einer Gabel vorsichtig verrühren und etwa 10 Minuten gehen lassen.

2. Salz, Butter oder Margarine und restliches Wasser hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken zunächst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten).

3. Für die Füllung Butter mit Mehl, Kümmel und Paprika auf einer bemehlten Arbeitsfläche verkneten, zu einem Rechteck (etwa 15 x 18 cm ) ausrollen und kalt stellen.

4. Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und zu einem Rechteck (etwa 16 x 38 cm) ausrollen. Die Butterplatte darauflegen und einschlagen, Teigränder andrücken. Den Teig wieder zu einem Rechteck (etwa 16 x 38 cm) ausrollen. Die beiden kurzen Seiten nacheinander auf die Teigmitte legen, so dass 3 Schichten übereineinander liegen. Teig wieder zu einem Rechteck (etwa 16 x 38 cm) ausrollen, kurze Seiten wieder auf die Teigmitte legen und zugedeckt etwa 15 Minuten kalt stellen. Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

5. Den Teig zu einem Rechteck (etwa 20 x 40 cm) ausrollen und von der langen Seite her aufrollen. Die Teigrolle in 8 Scheiben schneiden. Jede Teigscheibe in der Mitte mit einem Kochlöffelstiel leicht eindrücken.

6. Den Backofen vorheizen. Die Teigbrötchen auf das Backblech setzen. Ein zweites Backblech auf das erste legen. Teigbrötchen etwa 20 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen. Das zweite Backblech entfernen. Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** 25–30 Minuten.

7. Die Brötchen vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



# Kürbisbrötchen (Foto vorn)

*Raffiniert*

12 Brötchen

Zubereitungszeit: 40 Minuten, ohne Abkühl- und Teiggehzeit
Backzeit: etwa 20 Minuten

Insgesamt: E: 74 g, F: 27 g, Kh: 400 g, kJ: 9094, kcal: 2172, BE: 31,5

***Tipp:***
*Die mit Wasser bestrichenen Brötchen mit gehackten Kürbiskernen bestreuen.*

***Zutaten***

| | |
|---|---|
| 450 g | Kürbisfleisch |
| 100 ml | Wasser |

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 500 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 1 Pck. (42 g) | frische Hefe |
| 1 TL | Zucker |
| 3–4 EL | Kürbiswasser (von der Kürbismasse) |
| 1 gestr. TL | Salz |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Weizenmehl |
| 3 EL | geröstete Kürbiskerne |

1. Zum Vorbereiten Kürbisfleisch in Würfel schneiden, in einen Topf geben. Wasser hinzufügen, zum Kochen bringen, etwa 5 Minuten garen. Kürbiswürfel abtropfen lassen, Kochwasser auffangen und 3–4 Esslöffel abmessen. Kürbiswürfel erkalten lassen, pürieren.

2. Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben. In die Mitte eine Vertiefung drücken, Hefe hineinbröckeln. Zucker und Kürbiswasser hinzufügen, alles mit einer Gabel verrühren und 10–15 Minuten gehen lassen.

3. Kürbispüree und Salz hinzufügen. Die Zutaten mit Handrührgerät mit Knethaken auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Sollte er kleben, noch etwas Mehl hinzugeben. Den Teig mit Mehl bestäuben und zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat. Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

4. Den gegangenen Teig leicht mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals gut durchkneten, Kürbiskerne unterkneten.

5. Den Backofen vorheizen. Den Teig in 12 Portionen teilen, jeweils zu einer Kugel formen, auf das Backblech legen. Teigbrötchen nochmals zugedeckt etwa 15 Minuten gehen lassen.

6. Die Oberfläche der Teigbrötchen kreuzweise einschneiden (nicht drücken), mit Wasser bestreichen. Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** etwa 20 Minuten.

7. Die Brötchen vom Backpapier nehmen, heiß oder kalt servieren.

# Kürbisbrötchen mit Dinkel (Foto hinten)

*Gefriergeeignet – Vollwert*

12 Brötchen

Zubereitungszeit: 50 Minuten, ohne Saftzieh- Abkühl- und Teiggehzeit
Backzeit: 25–30 Minuten

***Zutaten***

***Zum Vorbereiten:***

| | |
|---|---|
| 300 g | vorbereitetes Kürbisfleisch, (geschält, entkernt) |

1. Zum Vorbereiten Kürbisfleisch in kleine Würfel schneiden, in einem Topf mit Salz mischen, 10 Minuten zum Saft ziehen stehen lassen. Kürbismasse zugedeckt 10 Minuten dünsten, abkühlen lassen.

2. Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel geben. In die Mitte

*(Fortsetzung Seite 92)*



| | |
|---|---|
| 1 gestr. TL | Salz |

***Für den Hefeteig:***

| | |
|---|---|
| 350 g | Dinkel-Vollkornmehl |
| 1 Pck. (42 g) | frische Hefe |
| 1 TL | flüssiger Honig |
| 100 ml | lauwarmes Wasser |
| 1½ gestr. TL | Salz |
| 1 TL | gemahlener Koriander |
| 120 g | kernige Haferflocken |

***Zum Bestäuben:***

| | |
|---|---|
| etwas | Vollkornmehl |

eine Vertiefung drücken. Hefe hineinbröckeln, Honig und etwas Wasser hinzufügen. Mit einem kleinen Teil des Mehls mit einer Gabel vorsichtig verrühren, etwa 10 Minuten gehen lassen.

**3.** Salz, Koriander, restliches Wasser, Haferflocken und lauwarme Kürbismasse hinzufügen. Mit Handrührgerät mit Knethaken in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Teig mit Mehl bestäuben, zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 30 Minuten). Ein Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**4.** Gegangenen Teig mit Mehl bestäuben, aus der Schüssel nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche kurz durchkneten. Sollte er kleben, etwas Vollkornmehl unterkneten. Teig zu einer Rolle formen, in 12 Portionen teilen. Jeweils zu einem runden Brötchen formen. Backofen vorheizen.

**5.** Teigbrötchen auf das Backblech legen. Zugedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 20 Minuten).

**6.** Die Brötchenoberfläche der Länge nach etwa 1 cm tief einschneiden (nicht drücken). Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C
**Heißluft:** etwa 180 °C
**Backzeit:** 25–30 Minuten.

**7.** Die Brötchen vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

Brötchen

**Insgesamt: E: 78 g, F: 17 g, Kh: 327 g, kJ: 7473, kcal: 1787, BE: 26**

# Scones
## *Klassisch*

**12 Scones**

**Zubereitungszeit: 20 Minuten**
**Backzeit: 20–30 Minuten**

**Insgesamt: E: 45 g, F: 95 g, Kh: 276 g, kJ: 9062, kcal: 2164, BE: 22,5**

***Tipp:***
*Auf dunklen oder emaillierten Backblechen wird die Unterseite der Scones besonders knusprig.*

***Zutaten***

***Für den Knetteig:***

| | |
|---|---|
| 350 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 4 gestr. TL | Dr. Oetker Backin |
| 1 gestr. TL | Salz |
| 2 gestr. TL | Zucker |
| 200 ml | Buttermilch |
| 100 g | weiche Butter oder Margarine |

***Zum Bestreichen:***

| | |
|---|---|
| 1 | Eigelb |
| 1 EL | Milch |

**1.** Für den Teig Mehl mit Backpulver, Salz und Zucker in einer Rührschüssel mischen. Restliche Zutaten hinzufügen. Mit Handrührgerät mit Knethaken in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Das Backblech in den Ecken und der Mitte einfetten, mit Backpapier belegen.

**2.** Den Backofen vorheizen. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten, zu einem Rechteck (etwa 15 x 20 cm) ausrollen und in 12 Quadrate (jeweils etwa 5 x 5 cm) schneiden. Teigquadrate auf das Backblech legen.

**3.** Zum Bestreichen Eigelb und Milch verschlagen. Teigquadrate damit bestreichen. Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 180 °C
**Heißluft:** etwa 160 °C
**Backzeit:** 20–30 Minuten.

**4.** Scones vom Backpapier nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



# Brot backen





**Da schneiden Sie immer gut ab.**

Rund, lang oder flach, Weizen oder Vollkorn, einfach oder doppelt gebacken – diese Varianten stehen nur beispielhaft für die Vielfalt unserer Brotkultur.

Ein Genuss, der sich nur durch eins steigern lässt: Das Selberbacken mit diesem neuen Dr. Oetker Backbuch. Die zahlreichen Rezepte für jeden Geschmack und jede Gelegenheit lassen es schon bald aus Ihrem Ofen duften.

€ 9,95

ISBN: 978-3-7670-0810-6

9 783767 008106